

وصفات مضمونة النجاح

86 وصفة بالداخل

ما فيش أحلى من المطبخ!



وصفات الحب

حورية وإبتكارات الخبز

إدمان الشوكولاتة مع نرمين

دعد والمطبخ الأردني

فبراير 2010





الإمارات: ٢٥ درهم - السعودية: ٢٥ ريال - الكويت: ٢ دينار - البحرين: ٢,٥ دينار - عُمان: ٢,٦ ريال - قطر: ٢٥ ريال
مصر: ٣٥ جنيه - لبنان: ١٠,٠٠٠ ليرة - الأردن: ٤,٥ دينار - سوريا: ٣١٠ ليرة - International: $ 7, € 5

قائمة طعام فبراير









RIVINGTON GRILL



الشوكولاتة: الهدية الأكثر رومانسية في عيد الحب هي الشوكولاتة. تحضيرها بأنفسكم سيعطي معنى أكثر لهذه الهدية. 24

وصفات من كتاب: نايجلا، نايجلا، نايجلا. ها هي من جديد تطهو لنا أطباقها اللذيذة المدهشة مع نكهة نايجلا. 98

الأبواب

فتافيت أكاديمي: فتافيت تعلمنا كيفية تحضير ألوان الطعام الطبيعية بنكهاتها الطبيعية. 91

fatafeat Academy

خطوة خطوة

الخبز: حورية تمتعنا مرة أخرى بخمسة عشرة وصفة خبز من خبيرة الخبز نفسها.

62

قائمة الوصفات المصورة

الفطور:





الشوربة:



المقبلات:









السلطة:



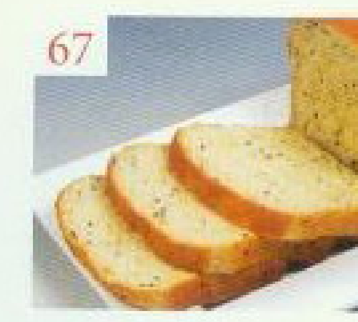


المخبوزات:










تكملة المخبوزات:

الأطباق الرئيسية:



تكملة الأطباق الرئيسية:

الحلويات:



تكملة الحلويات:

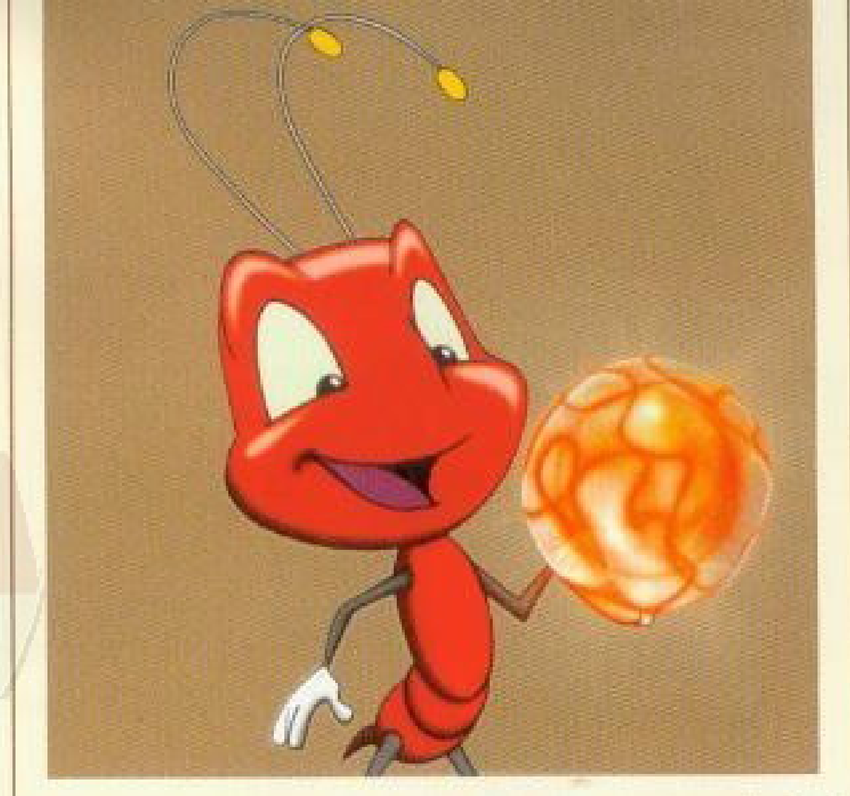




خطوة خطوة

وصفات القراء:





كلمة الناشر

رسالة حب:

ليست لدي أدنى فكرة من يكون فلانتين، ولا أعرف حتى لماذا تم اختيار هذا التاريخ بالذات، وانا ألوم والدتي - رحمها الله - على هذا.

نعم، بالنسبة لها، اعتادت دوماً أن تقول أن كل يوم هو عيد للحب، يحمل معه مفاجآت ومصادفات، أو حتى أشخاص مميزين للإحتفال بالحب.

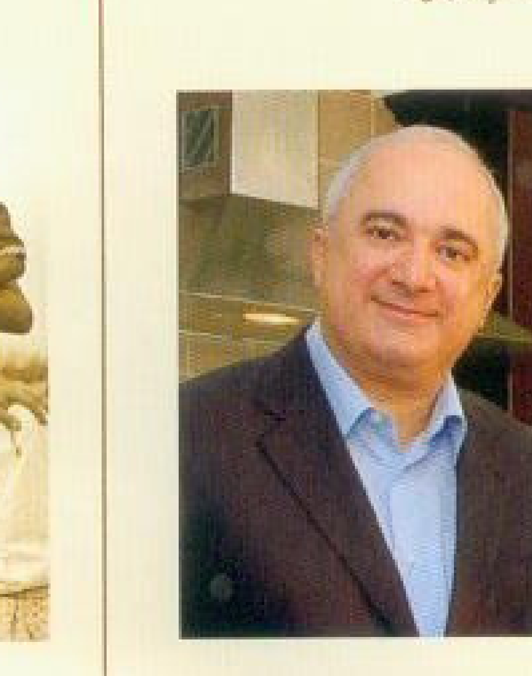
وأروع لحظات للإحتفال بالحب مع عائلتي، كانت دوماً على شرفتنا الواسعة.

كانت والدتي تجلب للخارج سجادةً كبيرة، تفرشها أرضاً، من ثم تنادي على الجميع لتناول النقنقات، وما أن يتجمع الكل لجلسة "سجادة ما بعد الظهر"، ليصل الشاي وصحون مليئة بالأجبان والمقبلات والخبز البلدي الساخن المحمص.

ثم تبدأ أمي بسرد الحكايات على مسامعنا، وكانت هذه الحكايات كلها عن الحب، سمعنا عن قصص الحب عبر التاريخ. لقد كانت دائماً مفعمةً بالحب وكانت دائماً عاشقة، وأنا على تمام اليقين الآن، وبعد أن رحلت، أن حبها العظيم بعد حبها لوالدي، كان حبها للحياة بحد ذاتها. لقد كانت تلتفت لتردد صوت طائر الهدهد، عند الغروب، وزقزقته الغريبة والمتكررة وتقول: "إسمع، ... أرأيت، إنه ينادي حبيبته"

لقد صدقتها حينها بقدر ما أصدقها الآن، واصدق قولها المفضل لي: "الحياة حلوة"

الحقيقة هي انكم لو تدرون بما مرت به والمصاعب التي عانتها خلال حياتها، لتساءلتم، تماماً مثلي أنا، كيف لها أن تصدق أن الحياة حلوة. بالنسبة لي، يكفيني أن تكون هي أمي كإثبات أن "الحياة حلوة".



لذا، "مستر فلانتين"، أود أن اغتنم هذه المناسبة لأتمنى لوالدتي "لارا"، عيد عشاق سعيد، ولأقول: "لارا، أحبك".

أما بالنسبة لكم يا مشاهدي فتافيت، فها أنتم الآن تعلمون ما هو مصدر شعارنا: "الحياة حلوة"...

يوسف الديب




R
REWITY





كلمة المحرر

إن فبراير لشهر استثنائي، وهو أيضا الشهر الوحيد في السنة الذي يتغير به عدد الأيام. والتاسع والعشرون من شهر فبراير يوم خاص للغاية، لأنه نادراً ما يأتي، وذلك ما يجعله نفيسا غالياً. وهو يأتي معلنا عن نفسه كل أربع سنوات ويختفي فيما بينها، ولكننا نعلم أنه لا يزال موجود وأنه سيأتي مرة أخرى. الشيء نفسه ينطبق على الحب، فهو لدينا في بعض الأحيان ويكون موجوداً في حياتنا، ومن ثم نحتفل بوجوده. وفي أحيان أخرى لا نجده ونشعر بالحزن لغيابه. وبالرغم من ذلك، فإن الحب موجود سواء علمنا بوجوده أم لا، وسواء أردناه أم لا، وسواء كنا نتوقعه أم لا، وسواء أمنا بوجوده أم لا. نحن بحاجة إلى أن نكون على يقين أنه سيأتي مرة أخرى، فالحب هو الذي يجعل العالم يدور.

وأخمن أن هذا هو السبب لاحتفالنا بالحب في شهر فبراير على هيئة عيد الحب. إن فبراير أيضا شهر الشوكولاتة لأنه لا يوجد شيء يناسب الاحتفال بالحب مثل الشوكولاتة. وتؤثر الشوكولاتة على بعض الغدد الصماء لتفرز الهرمونات التي تؤثر على مشاعر وسلوك الفرد. إنها تمنع الاكتئاب وتؤدي إلى السعادة التي تقلل من الاكتئاب والضغوط النفسية. لذلك، تناولوا الشوكولاتة وكونوا سعداء... إذا شغلتم بالكم بالسعرات الحرارية، فإنكم لن تجنوا فوائد الشوكولاتة. تناولوها، ولكن باعتدال.

تقول ليندا غرايسون: "لا يوجد شيء أفضل من صديق جيد، إلا صديقا جيدا بحوزته الشوكولاتة"، وهي مقولة مناسبة جدا لشهر فبراير، نظرا لأنه أيضا شهر الاحتفال بالصداقة. فالأصدقاء الجيدون نادرو الوجود، ولكن عندما نعثر عليهم، فإنهم يصبحون أمناء على أسرارنا، وداعمين لنا، ومرشدين لنا، وأيضا مرايا لأنفسنا.

هناك قول مضحك عن الأقارب والشوكولاتة: "بعد قالب من الشوكولاتة يستطيع الفرد أن يغفر لأي شخص، حتى أقاربه". وهذا يذكرنا بأنه يجب علينا ألا ننسى أيضا حب الأسرة. جميع الأمهات والآباء، والبنات والأبناء، والجدات والأجداد، وبقية الأسرة الممتدة في حاجة للاحتفال بهم في فبراير.

لذا دعونا نحتفل بالطبخ كذلك في شهر الحب. اغمر نفسك في الطبخ، لا تكن خجولا أو مترددا، قم بالتجربة وتحدى نفسك لتقديم أفضل وجبة في كل مرة تدخل فيها إلى المطبخ، وانس نفسك وانس مشاكلك وأعمالك اليومية الروتينية واجعل الطبخ عملا من الحب.

مع الكثير من الحب،

نرمين



Nilesat 12341 V | www.fatafeat.com

PUBLISHER
Youssef El-Deeb
yeldeeb@takhayal.com

BUSINESS MANAGER
Rania Halwani
rhalwani@takhayal.com

ACCOUNT MANAGER
Shaima Saqr
ssaqr@takhayal.com

ADVERTISING
a.mag@fatafeat.com

FOOD EDITOR
Nermine Hanno
nermine@takhayal.com

ART DIRECTOR
Shashi Parvatker

PHOTOGRAPHY
Bala Santosh

STUDIO KITCHEN MANAGER
Sushmita Basnett

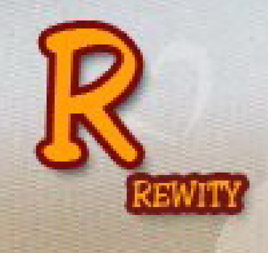
ASSISTANT
Ernesto R. Flores

Printed at Emirates Printing Press, Dubai



Takhayal Entertainment FZ LLC P.O.Box 502502 Dubai, UAE
Tel: +9714 365 4715 Fax: +9714 369 7516 | mag@takhayal.com


R
REWITY
وصفات
عيد الحب
من أندرو
www.rewity.com/vb
سنو وايت
14



سلطة الشمندر الأحمر والجرجير

المقادير:

- 140 جم جرجير منظف ومقطفة أوراقه
- 100 جم شمندر أحمر، مسلوق ومقطع إلى مكعبات
- 100 جم من فصوص البرتقال
- 60 جم جبن ماعز مقطع إلى شرائح
- 20 ملل خل بلسمي
- 60 ملل زيت زيتون
- 20 ملل عسل
- 40 جم بصل أحمر مقطع إلى شرائح

الطريقة:

1. يمزج الخل البلسمي وزيت الزيتون والعسل.
2. يخلط الجرجير مع الشمندر وفصوص البرتقال والبصل في وعاء ويتركوا جانباً.
3. يصب الصوص فوق خليط الجرجير في وعاء آخر ويقلبا معاً.
4. يضاف جبن الماعز فوق السلطة وتقدم.



المعكرونة مع المأكولات البحرية

المقادير:

100 جم إسقالوب

150 جم بلح البحر (محار)

150 جم جمبري متوسط الحجم منظف

60 جم حبار (كالاماري)

20 جم ثوم

10 جم بقدونس مفروم

60 جم بصل مفروم

1 علبة طماطم كبيرة

200 جم معكرونة لينجويني

20 ملل زيت زيتون

ملح وفلفل حسب الرغبة

الطريقة:

1. تسلق المعكرونة دون أن تصل إلى درجة السواء الكامل (الدانتي).
2. يسخن الزيت في مقلاة كبيرة على درجة حرارة متوسطة إلى مرتفعة.
3. يقلى البصل والثوم حتى يصبح البصل ذهبي اللون.
4. تضاف الطماطم وتترك لتغلي على نار هادئة مع التقليب المستمر.
5. يضاف الجمبري والإسقالوب وبلح البحر و الحبار ويتركا على نار هادئة حتى النضوج. يضاف البقدونس والملح والفلفل.
6. يصب الخليط فوق المعكرونة وتقدم.

صدور البط مع صوص الشوكولاتة

المقادير:

2 قطعة صدور بط

200 جم بطاطس صغيرة الحجم

100 جم فاصوليا خضراء

20 ملل زيت زيتون

ماء للسلق

ملح

الصوص:

2 بصل صغير (شالوت) مفروم

1 ملعقة صغيرة زيت زيتون من النشا

150 جم من عصير العنب الأحمر

250 جم من مرق اللحم

2-3 ملاعق صغيرة من حبوب الفلفل الأخضر الصحيح، منقوعة

30 جم شوكولاتة داكنة بنسبة كاكاو عالية

الطريقة:

1. يسخن الماء مع الملح في قدر ثم تضاف الفاصوليا الخضراء وتطهى سريعا حتى تصبح طرية، ترفع الفاصوليا وتوضع في ماء مثلج ثم تصفى وتترك جانبا.
2. يسخن زيت الزيتون في مقلاة وتحمر البطاطس حتى تصبح ذهبية اللون ثم توضع في فرن ساخن حتى تنضج.
3. في نفس الوعاء يضاف القليل من الزيت وتحمر صدور البط حتى تصبح نصف مطهية ثم تترك لترتاح.
4. لعمل الصوص، يحمر البصل حتى يذبل ويصبح شفافا ثم يضاف عصير العنب الأحمر ويحرك جيدا لمزجه ثم تضاف حبوب الفلفل الطازج ومرق اللحم.
5. يذوب النشا في القليل من الماء ويقلب بسرعة في الصوص.
6. يترك حتى يبدأ في الغليان ثم يرفع من على النار وتضاف الشوكولاتة وتقلب حتى تمتزج جيدا.
7. ترص البطاطس والفاصوليا الخضراء في طبق التقديم وتضاف في منتصفها ملعقة من الصوص ثم توضع فوقها صدور البط.



كوكتيل الجمبري

المقادير:

- 15 حبة جمبري كبيرة مسلوقة
- ½ كوب من صوص الفلفل الحار (الشطة)
- 1 ملعقة كبيرة عصير ليمون أصفر أو أخضر
- ½ كوب كتشب
- ½ كوب بقدونس مفروم ناعم
- ½ كوب فجل حار
- 1 ملعقة كبيرة من صوص الووسترشير
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- أوراق خضروات مشكلة
- ليمون للتزيين

الطريقة:

1. يقشر الجمبري بالكامل مع ترك الذيل وإزالة العرق الأسود.
2. يسلق الجمبري لمدة 3-4 دقائق مع مراعاة عدم الإفراط في طهيه، يكون الجمبري جاهزا عندما يصبح لونه غير شفاف.
3. يتم مزج كل مكونات الصلصة ثم توضع 3-4 حبات جمبري في طبق التقديم مع بعض الخضروات المشكلة والليمون للتزيين.
4. يصب صوص الكوكتيل فوق الجمبري، أو يغمس الجمبري في الصوص.





أرز الريزوتو على شكل قلوب

المقادير:

- ½ كوب أرز أربوريو أو أرز مصري
- 4 ملعقة كبيرة جبن بارميزان مبشور
- ¼ كوب مايونيز
- 10 أوراق ريحان مفرومة
- ½ بصلة مفرومة
- 2 ملعقة كبيرة صلصة بستو
- 1 كوب من مرق الدجاج مع المزيد اذا احتاج الارز.
- 2 ملعقة كبيرة زبدة
- 1 ملعقة كبيرة زيت زيتون
- 2 بيضة مضروبة
- طحين
- ملح وفلفل
- زيت نباتي للقلي

الطريقة:

1. تذاب 2 ملعقة كبيرة زبدة في مقلاة متوسطة ويضاف إليها زيت الزيتون.
2. يحمر البصل على حرارة متوسطة إلى منخفضة حتى يذبل ويصبح شفافا. يضاف الارز ويقلب.
3. يحمر سريعا لمدة دقيقة واحدة ليكتسب النكهة ثم يضاف كوب مرق الدجاج.
4. يترك ليغلي على نار هادئة مع التقليب من حين لآخر حتى يتشرب الارز كل المرق. يعاد إضافة بضع ملاعق من المرق مع التقليب من حين لآخر.
5. عندما ينضج الأرز بعد حوالي 20 دقيقة يضاف جبن البارميزان والريحان ويقلب جيدا.
6. يرفع من النار ويفرد على صينية الفرن حتى يبرد بسرعة، يغطى بورق البلاستيك ويحفظ في البراد لبضع ساعات.
7. يتم إخراجه من البراد ويوضع في وعاء ويضاف إليه البيض المضروب ويقلب جيدا ويترك جانبا.
8. يوضع الطحين في إناء صغير ويضاف إليه الملح والفلفل الأسود. يشكل خليط الأرز على هيئة قلوب، سمك الواحد منها حوالي ½ بوصة.
9. تسقط في الطحين لكسوتها ثم تقلى في زيت نباتي ساخن حتى تصبح ذهبية اللون على الجانبين.
10. يخلط المايونيز مع صلصة البستو ويقدم مع كعكات الريزوتو.



أقراص السلمون

المقادير:

- 2 كوب من فتات الخبز الطازج
- 2 بيضة مضروبة
- ¼ كوب بقدونس طازج مفروم
- ¼ كوب بصل أخضر مفروم
- ¼ كوب شبث طازج مفروم
- 2 ملعقة صغيرة عصير ليمون طازج
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
- 1 علبة سلمون مصفاة
- 3 ملعقة كبيرة زبدة أو أكثر حسب الحاجة

الطريقة:

1. يوضع كوب ونصف من فتات الخبز في وعاء كبير مع ترك مقدار نصف الكوب المتبقي جانبا. يضاف البيض والبقدونس والبصل الأخضر والشبت وعصير الليمون والفلفل الأسود ويخلط جيدا.
2. يضاف السلمون ويقلب باليد لتفتيته إلى قطع صغيرة وتشكل منه 8 كعكات، سمك الكعكة الواحدة ½ بوصة تقريبا.
3. يوضع نصف كوب فتات الخبز المتبقي في طبق وتكسى كعكات السالمون به من الجانبين.
4. تذاب الزبدة في مقلاة كبيرة، وتقلى أقراص السلمون على نار متوسطة لحوالي 3 دقائق أو حتى تصبح ذهبية اللون ومقرمشة. تقلب وتضاف كمية إضافية من الزبدة حسب الحاجة وتقلى لمدة 3 دقائق تقريبا على الجانب الآخر.





كعكة التشيز كيك بالشوكولاتة البيضاء

البسكويت:

المقادير:

¼ كوب زبدة مذابة

1 كوب من فتات البسكويت

2 ملعقة كبيرة سكر

1 ملعقة كبيرة كاكاو

الطريقة:

1. تخلط مقادير البسكويت وتمزج جيدا.
2. تدهن حواف صينية الفرن مقاس 9 بوصة القابلة للفك بثلاث ملاعق كبيرة من فتات البسكويت وتفرد باقي كمية الفتات في قعر الصينية ثم تبرد.

الحشو:

المقادير:

500 جم من جبن الكريمة

1 كوب سكر

4 ملعقة كبيرة طحين

150 جم شوكولاتة بيضاء مذابة

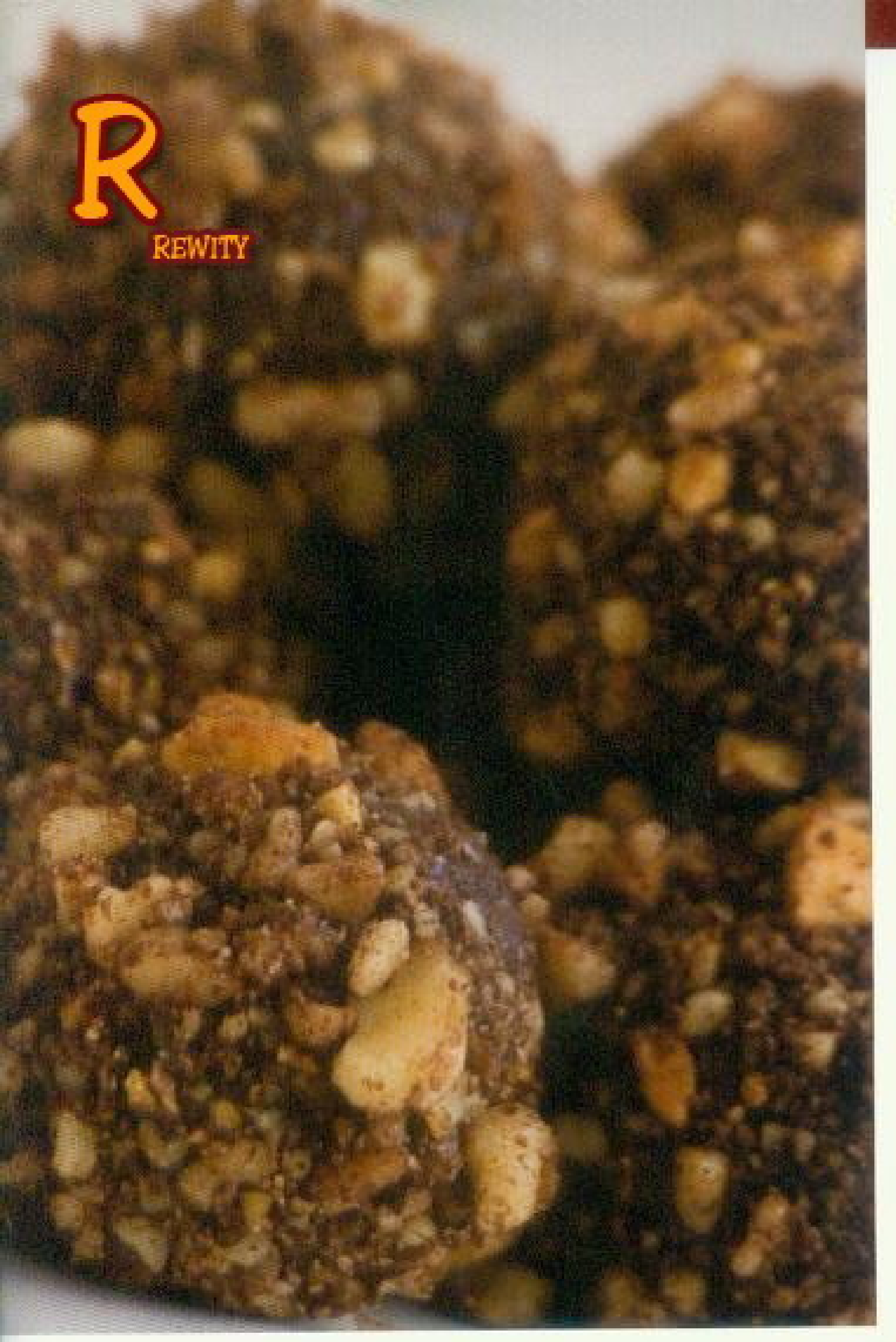
3 بيضات

1 ملعقة صغيرة فانيليا شوكولاتة بيضا لتغطية الوجه

الطريقة:

1. يخلط جبن الكريمة مع السكر والطحين ويخفق جيدا حتى يصبح هشا.
2. تضاف الشوكولاتة البيضاء وتخلط.
3. يضاف البيض واحدة تلو الأخرى ويضرب مع إضافة الفانيليا.
4. يصب داخل قالب العجينة ويخبز على درجة حرارة 175 مئوية لمدة 50 دقيقة أو حتى يصبح منتصفه متماسكا نسبيا ولكن ما زال لينا يقدم.
5. يتم تغطية الوجه بالشكولاتة البيضاء المذابة





ترافل الشوكولاتة

المقادير:

الترافل:

225 جم شوكولاتة داكنة مقطعة

½ كوب من كريمة الخفق

1 ملعقة صغيرة فانيليا

كسوة الترافل:

بودرة كاكاو

جوز مطحون ناعم

لوز مطحون ناعم

الطريقة:

1. توضع كريمة الخفق في قدر صغيرة على النار حتى تبدأ في الغليان.
2. توضع الشوكولاتة في وعاء آخر وتصب الكريمة فوقها ثم تضاف الفانيليا وتترك بضع دقائق ثم تقلب حتى تصبح ناعمة وملساء.
3. تترك حتى تبرد ثم تحفظ في البراد لمدة ساعتين. يتم تشكيل مزيج الشوكولاتة (الجاناش) على هيئة كرات بواسطة ملعقة صغيرة وتكور في اليد بسرعة وتوضع على صينية فرن مغطاة بورق الخبز وتحفظ في الثلاجة طوال الليل.
4. تكسى ببودرة الكاكاو أو المكسرات المجروشة وتقدم، أو تعاد إلى الثلاجة لحين وقت التقديم.

سلطة الفواكه الحمراء

المقادير:

1 كوب توت أحمر أو توت أسود

¼ كوب كشمش أحمر أو كشمش أسود

2-4 ملاعق كبيرة سكر

8 حبة دراق (برقوق) ناضجة

8 حبة مشمش ناضجة

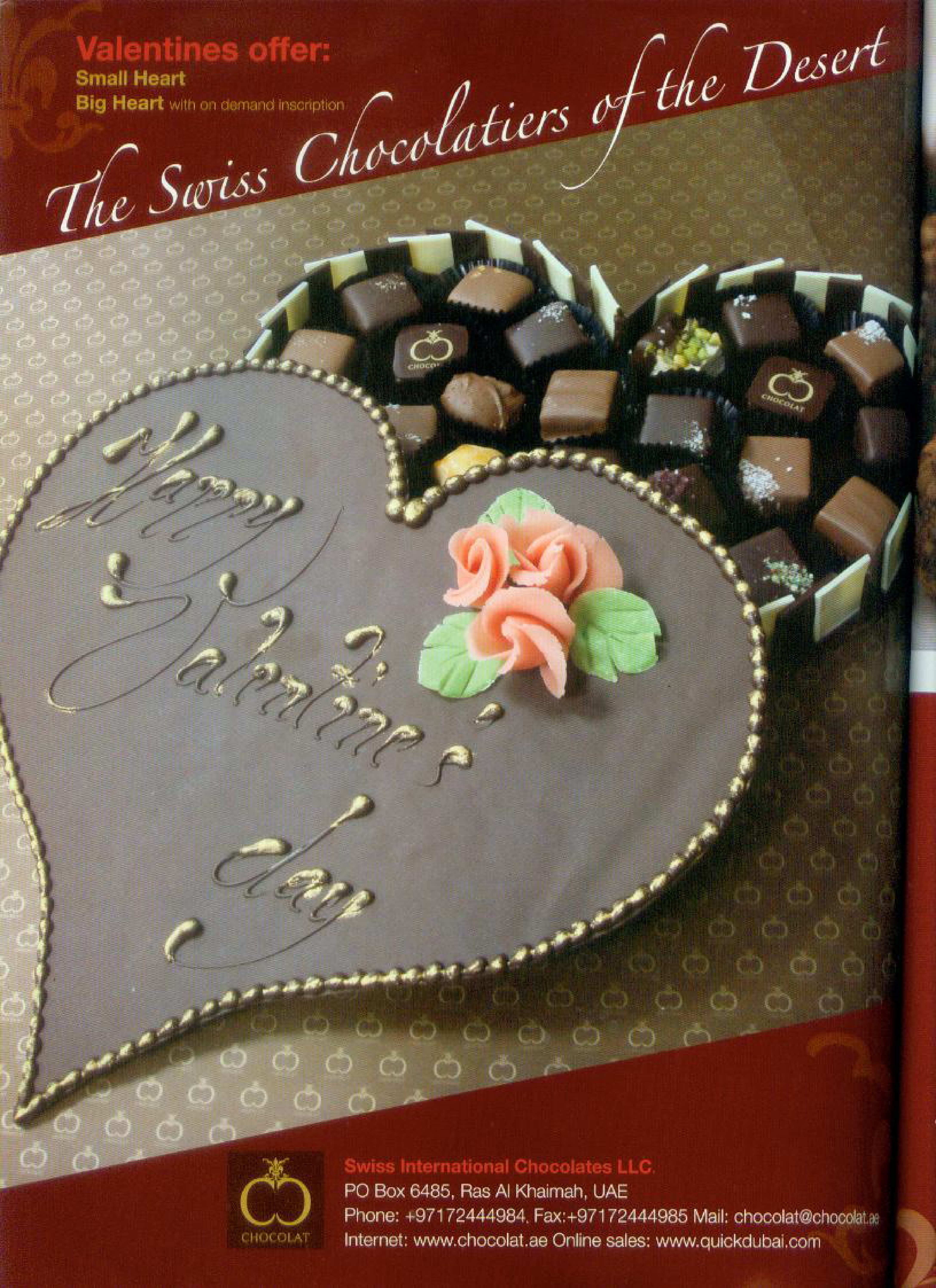
1 كوب عنب بدون بذور

½ كوب توت أسود

½ كوب فراولة

الطريقة:

1. توضع جميع المكونات في وعاء وتقلب ثم تحفظ في الثلاجة لحين وقت التقديم.


Valentines offer:
Small Heart
Big Heart with on demand inscription
The Swiss Chocolatiers of the Desert
Happy Valentine's day
CHOCOLAT
Swiss International Chocolates LLC.
PO Box 6485, Ras Al Khaimah, UAE
Phone: +97172444984. Fax:+97172444985 Mail: chocolat@chocolat.ae
Internet: www.chocolat.ae Online sales: www.quickdubai.com

إدمان الشوكولاتة



الشوكولاتة هي الطريقة المثالية للاحتفال بعيد الحب. وهي طريقة مؤكدة للفوز بقلوب أحبائكم. وتصبح هذه الهدية المحبوبة ذات اعتبار ومعنى وتميز أكثر إذا أعدت بأيديكم، فإن هذا يعطي الشوكولاتة مذاقاً يتعدى الحدود المعروفة لحاسة التذوق لأنها تصبح شوكولاتة يمكن للقلب أن يتذوقها.

نرمين





الأشقاء الثلاثة

المقادير:

½ كوب بندق محمص

300 جم من الشوكولاتة الداكنة

الطريقة:

1. تذاب الشوكولاتة على حمام مائي على نار هادئة إلى درجة حرارة 40 مئوية تقريبا.
2. ترفع الشوكولاتة من الحمام المائي وتترك لتبرد حتى تصل إلى حرارة أقل بقليل من حرارة الجسم.
3. يعاد تسخين الشوكولاتة حتى تصل إلى درجة حرارة أعلى بقليل من حرارة الجسم ولكن أقل من 40 درجة مئوية.
4. يمزج البندق مع الشوكولاتة ثم توضع كل 3 حبات بندق جنبا إلى جنب ثم توضع واحدة أخرى فوقهم على ورق الخبز حتى تتماسك الشوكولاتة.

الترافل الأبيض

المقادير:

- 100 جم كريمة
- 20 جم جلوكوز
- 150 جم شوكولاتة بيضاء
- 40 جم زبدة كاكاو
- شوكولاتة بيضاء إضافية مذابة
- رقائق جوز الهند

الطريقة:

1. تذاب الشوكولاتة على حمام مائي على نار هادئة إلى درجة حرارة 40 درجة مئوية تقريباً.
2. ترفع الشوكولاتة من الحمام المائي وتترك لتبرد حتى تصل إلى حرارة أقل بقليل من حرارة الجسم.
3. يعاد تسخين الشوكولاتة حتى تصل إلى درجة حرارة أعلى بقليل من حرارة الجسم ولكن أقل من 40 درجة مئوية.
4. تغلى الكريمة مع الجلوكوز.
5. تضاف زبدة الكاكاو إلى الخليط حتى تذوب.
6. تمزج مع الشوكولاتة المذابة وتترك لتبرد حتى يتماسك قوامها.
7. توضع في قرطاس الحلوى وتشكل على شكل كرات صغيرة وتحفظ في البراد لتتماسك.
8. تشكل باليد إلى كرات متساوية الشكل تماماً ثم تعاد إلى البراد حتى تجمد مرة أخرى.
9. تغطى بالشوكولاتة البيضاء باستعمال اليد ثم تسقط في رقائق جوز الهند لتكسوها.





جاندويا

المقادير:

350 جم من معجون البرالين (البندق)

20 جم زبدة كاكاو

75 جم من الشوكولاتة الداكنة

الطريقة:

1. تذاب زبدة الكاكاو على نار هادئة ثم تترك لتبرد.
2. تذاب الشوكولاتة على حمام مائي على نار هادئة إلى درجة حرارة 40 مئوية تقريباً.
3. ترفع الشوكولاتة من الحمام المائي وتترك لتبرد حتى تصل إلى حرارة أقل بقليل من حرارة الجسم.
4. يعاد تسخين الشوكولاتة حتى تصل إلى درجة حرارة أعلى بقليل من حرارة الجسم ولكن أقل من 40 درجة مئوية.
5. تمزج زبدة الكاكاو مع معجون البرالين ثم تضاف إلى الشوكولاتة وتخلط جيداً.
6. تصب في القالب وتترك حتى تتماسك.
7. تقلب شوكولاتة البرالين من القالب على ورق الخبز.
8. تكسى بشوكولاتة بالحليب مذابة ومبردة كما جاء أعلاه بالنسبة للشوكولاتة الداكنة.
9. تستعمل سكين دافئة لتسهيل تقطيعها إلى الأشكال المختارة.



الشوكولاتة بالحليب المحشوة بشوكولاتة البرالين



المقادير

- 100 جم من الشوكولاتة بالحليب
- 80 جم كريمة
- 3 ملعقة كبيرة من معجون البرالين (البندق)
- 300 جم من الشوكولاتة بالحليب

الطريقة:

1. تذاب الكمية الأولى من الشوكولاتة بالحليب على حمام مائي.
2. تغلى الكريمة ثم تضاف إلى الشوكولاتة تدريجياً.
3. يضاف معجون البرالين ويترك الخليط حتى يبرد.
4. تذاب الكمية الثانية من الشوكولاتة بالحليب على حمام مائي على نار هادئة إلى درجة حرارة 40 مئوية تقريباً.
5. ترفع الشوكولاتة من الحمام المائي وتترك لتبرد حتى تصل إلى حرارة أقل بقليل من حرارة الجسم.
6. يعاد تسخين الشوكولاتة حتى تصل إلى درجة حرارة أعلى بقليل من حرارة الجسم ولكن أقل من 40 درجة مئوية.
7. تغطى قوالب الشوكولاتة بالشوكولاتة المذابة والمبردة وتترك حتى تتماسك
8. تحشى بشوكولاتة البرالين.
9. يغطى القعر بالشوكولاتة المتبقية.
10. تترك حتى تتماسك ثم تحفظ في البراد لمدة 2 دقيقة ثم تقلب من القوالب.





شوكولاتة بجاناش الفستق

المقادير:

- 400 جم من الشوكولاتة البيضاء
- 150 جم كريمة
- 3 ملعقة كبيرة من معجون الفستق

الطريقة:

1. يذاب 100 جم من الشوكولاتة فوق حمام مائي.
2. تغلى الكريمة ثم تضاف إلى الشوكولاتة تدريجيا.
3. يضاف معجون الفستق ثم يترك الخليط ليبرد.
4. يذاب 300 جم من الشوكولاتة على حمام مائي على نار هادئة إلى درجة حرارة 40 مئوية تقريبا.
5. ترفع الشوكولاتة من الحمام المائي وتترك لتبرد حتى تصل إلى حرارة أقل بقليل من حرارة الجسم.
6. يعاد تسخين الشوكولاتة حتى تصل إلى درجة حرارة أعلى بقليل من حرارة الجسم ولكن أقل من 40 درجة مئوية.
7. تدهن قوالب الشوكولاتة بالشوكولاتة البيضاء وتترك حتى تتماسك.
8. تحشى قوالب الشوكولاتة بالجاناش باستخدام قرطاس الحلوى.
9. تغطى بطبقة من الشوكولاتة البيضاء المذابة والمبردة ثم تترك حتى تتماسك.

أكلات غاي

بس على فتافيت

الإثنين

19:00 KSA
18:00 EGY
16:00 GMT



Nilesat 12341 V | www.fatafeat.com

القناة الأولى والوحيدة لفن الطعام في الشرق الأوسط


REWITY
www.rewity.com/vb
سنو وايت
دعد والمطبخ
الأردني

تميز المطبخ الأردني تاريخياً بالكميات الكبيرة التي تقدم في الوجبات اليومية، وذلك نظرا لكثرة عدد أفراد الأسرة الممتدة التي كانت تضم الأجداد والأبناء والأحفاد تحت سقف واحد. وقد عزز ذلك صفة الكرم وإكرام الضيف كعادة متأصلة في المجتمع الأردني والتي ما زالت حتى الآن.

اعتمد المطبخ الاردني بشكل رئيسي على منتجات الأغنام من لحوم وألبان ومشتقاتها بسبب توفرها الدائم فمثلا كان طبق المنسف الأردني من أهم الأطباق المعروفة، بالإضافة إلى الدواجن التي كانت تربى في القرى.
واعتمد المطبخ الاردني على منتجات القمح كالطحين الكامل والفريكة والبرغل والسميد بسبب كثرة زراعة القمح.
أما الخضر والفاكهة فقد أخذت مكانا مهما حيث تنمو في الريف الأردني.
بالنسبة للمأكولات البحرية فإن وجود مدينة واحدة أردنية فقط تطل على البحر (وهي مدينة العقبة) قد جعل الأطباق البحرية محدودة مع شهرة طبق الصيادية العقباوية.
كما تأثر المطبخ الأردني لاحقا بمطبخ بلاد الشام وفلسطين فأضاف ذلك إلى أطباقه الطيبة مزيجا من النكهات والوصفات المختلفة اللذيذة.

أحببت أن اقدم لكم بعضا من الأطباق الأردنية الرائعة والطيبة المذاق التي من المؤكد أنها ستنال إعجابكم.

دعد أبو جابر



الشُشبرك

المقادير:

الحشوة:

½ كيلو لحم غنم بدون دهن أو لحم بقر مفروم ناعم جدا

1 حبة بصل صغيرة مفرومة فرما ناعما جدا

2 ملعقة كبيرة بقدونس مفروم ناعم

½ ملعقة صغيرة قرفة مطحونة

½ ملعقة صغيرة بهار مشكل

½ ملعقة صغيرة حب هال مطحون

½ ملعقة صغيرة جوزة الطيب مبروشة

1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون

1 ملعقة صغيرة ثوم مهروس

2 ملعقة صغيرة ملح أو حسب الرغبة

½ كوب زيت زيتون

العجينة:

3 كوب طحين منخول

1¼ كوب حليب

1 ملعقة صغيرة ملح

الصلصة:

1 كيلو زبادي غنم أو بقر مضاف إليه

1 ملعقة كبيرة نشا

ملح حسب الرغبة

2 كيلو مرق دجاج أو ماء

¼ كوب زيت زيتون

1 ملعقة كبيرة ثوم مدقوق

2 ملعقة كبيرة زيت زيتون

1 ملعقة كبيرة نعنا ع ناشف

الطريقة:

1. تعجن مقادير العجينة جيداً باليد حتى تصبح ملساء ولا تلتصق باليد، تغطى وتترك لترتاح لمدة نصف ساعة.
2. تخلط مقادير الحشوة جيداً باليد.
3. ترق العجينة بالشوبك إلى سمك 1-2 ملم فقط.
4. تقطع إلى دوائر قطرها 5-7 سم.
5. توضع ملعقة صغيرة من الحشو في منتصف كل قطعة وتثنى وتغلق باليد على شكل نصف دائرة.
6. يلف الطرفان ويلصقا معاً لتصبح القطعة على شكل قبعة، تصف القطع فوراً على صينية مدهونة بالزيت حتى لا تلتصق.
7. تقلى الحبات في زيت نباتي على نار متوسطة حتى تصبح ذهبية.
8. يضرب الزبادي جيداً مع النشا وقليل من الملح.
9. يسخن في قدر مع التحريك حتى يبدأ بالغليان.
10. يضاف بالتدريج مرق الدجاج الساخن ويحرك جيداً حتى يتجانس الخليط.
11. تسقط حبات الشُشبرك مع التحريك بلطف بملعقة خشبية وتترك على نار هادئة بدون غطاء لمدة عشرين دقيقة، ثم تغطى القدر وتترك لمدة عشر دقائق.
12. يقلى الثوم بزيت الزيتون حتى يذبل فقط ويضاف فوق الشُشبرك، يرش فوقه النعناع الناشف ويقدم.



الهفيت أو الفتيت

المقادير:

3 كيلو لحم مقطع بالعظم
زيت نباتي للقلي
ماء كافي لطهي اللحم
1 ملعقة كبيرة ثوم مدقوق
3 حبات بصل متوسطة مقطعة
3/1 كوب عصير ليمون
صنوبر ولوز مقلي في خليط من ملعقة كبيرة سمن وملعقة كبيرة زيت زيتون
خبز عربي قمح صاج
2 عود قرفة
1 حبة جوزة الطيب مكسرة
1 ملعقة كبيرة بهار سادة حب
1 ملعقة حب هال
2 ورق غار
10 حبات قرنفل
ملح حسب الرغبة

الطريقة:

1. تغسل قطع اللحم بالماء البارد وتجفف بفوطة ورق.
2. تقلى في زيت نباتي عميق حتى تتحمر جيداً، وتصفّى وتوضع في قدر كبيرة.
3. يضاف إليها الماء حتى يغمرها وتترك على نار عالية حتى تخرج منها كل الشوائب ويرفع عن سطح الماء.
4. تضاف البهارات والملح والبصل والثوم والليمون وتترك على نار عالية حتى تغلي.
5. تخفف النار وتُغطى القدر وتترك لمدة ساعتين أو أكثر حتى ينضج اللحم كلياً، مع إضافة ماء ساخن كلما نقص الماء حتى يبقى اللحم مغموراً.

التقديم:

1. في طبق غرف كبير، يقطع الخبز ويفرد.
2. يُشرب الخبز جيداً بمرق اللحم بعد تصفيته.
3. تُصف قطع اللحم فوق الخبز.
4. يقلى الصنوبر واللوز ويُسكب مع السمن والزيت فوق الطبق ويقدم فوراً ساخناً جداً.

المنسف

المقادير:

400 جم جميد

3 كيلو لحم غنم مقطع بالعظم

4 لتر ماء ساخن

ماء حسب الحاجة

1 حبة بصل كبيرة مفرومة

1 كيلو أرز عادي متوسط الحبة

2 ملعقة كبيرة سمن

1 ملعقة صغيرة كركم

خبز عربي صاج

صنوبر ولوز للتزيين

ملح حسب الحاجة

الطريقة:

1. تكسر قطع الجميد إلى أحجام متوسطة ليسهل إذابتها.
2. تغسل بالماء البارد وتنقع بالماء الساخن لمدة ساعة.
3. يفرك الجميد داخل الماء باليد حتى يذوب، ويمكن إذابته بالخلاط الكهربائي بالتدريج، يصفى جيداً ليصبح اللبن أملساً.
4. تغسل قطع اللحم بالماء البارد، وتوضع في قدر كبيرة وتغمر بالماء على نار عالية، وتترك حتى تخرج منها كل الشوائب.
5. تصفى من الماء وتغسل مرة أخرى وتعاد إلى قدر نظيفة.
6. يقلى البصل بالسمن حتى يذبل فقط، ثم يضاف إلى اللحم.
7. يضاف إليه اللبن الجميد حتى يغمره، ويضاف الماء إذا لزم ذلك.
8. يترك مكشوفاً على نار متوسطة مع التحريك بملعقة خشبية بلطف كل ربع ساعة حتى لا يلتصق اللبن بقاعدة القدر والجوانب، يترك لمدة ساعتين ونصف تقريباً حتى ينضج اللحم. (ملاحظة: لا يضاف الملح إلا في النهاية لأن لبن الجميد يحتوي على قدر من الملح.)
9. يغسل الأرز وينقع في ماء دافئ لمدة نصف ساعة ويصفى.
10. تسخن ملعقة كبيرة من السمن في قدر، يضاف الأرز ويقلب جيداً، يضاف إليه ماء ساخن حتى يغطي الأرز ويعلوه بـ4 سم، ويضاف الملح والكركم.
11. يترك ليغلي، ثم تخفف الحرارة وتغطى القدر حتى ينضج الأرز لمدة عشرين دقيقة تقريباً.

التقديم:

1. في صينية كبيرة مستديرة (سدر) يفرد الخبز ثم يشرّب بقليل من لبن الجميد المصفّى، يفرد الأرز فوقه ثم تصف قطع اللحم.
2. يقلى الصنوبر واللوز بملعقة من السمن ويضاف فوق اللحم.
3. يصفى لبن الجميد ويوضع في وعاء قرب المنسف.



الصاجية

المقادير:

- 1 كغم لحم غنم بدون عظم ومقطع إلى قطع صغيرة (2 سم تقريباً)
- 4 ملعقة كبيرة سمن (إذا توفر السمن البلدي يكون أفضل)
- 3 ملعقة كبيرة زيت زيتون
- 1 حبة بصل كبيرة مقطعة مكعبات صغيرة
- 1 ملعقة كبيرة ثوم مدقوق
- ½ ملعقة صغيرة من كل من الفلفل الأسود والقرفة وحب الهال وجوزة الطيب والقرنفل.
- صنوبر مقلي
- خبز عربي صاج
- القليل من الماء الساخن

الطريقة:

1. في مقلاة واسعة يقلى اللحم بالسمن وزيت الزيتون حتى يتحمر ثم يضاف البصل والثوم والفلفل والقرفة والهال وجوزة الطيب و القرنفل يقلبوا.
2. يضاف القليل جداً من الماء الساخن ويترك اللحم على نار هادئة جداً مغطى لمدة أربعين دقيقة تقريباً. (المقصود أن ينضج اللحم بدون سلق، فقط بالقليل من السائل).

التقديم:

1. في صحن واسع يوضع خبز الصاج
2. ويرص اللحم فوقه ويزين بالصنوبر
3. ويؤكل مع الخبز.





قلاية البندورة

المقادير:

1 كيلو طماطم مقطعة إلى شرائح بسمك 2 سم

10 حبات ثوم مقشر مقطع الى شرائح

1 حبة فلفل أخضر حار مقطع إلى حلقات

1/3 كوب زيت زيتون

1 ملعقة كبيرة معجون الطماطم

½ كوب ماء دافئ

ملح حسب الرغبة

فلفل أسود حسب الرغبة

الطريقة:

1. في مقلاة عميقة كبيرة توضع نصف كمية زيت الزيتون وتصف قطع الطماطم بالقرب من بعضها البعض.
2. يوزع فوقها الثوم والفلفل الحار ويرش الملح والفلفل الأسود.
3. يسكب الزيت المتبقي فوقها.
4. تترك المقلاة على نار عالية لمدة خمس دقائق ثم تغطى وتخفف الحرارة وتترك لمدة عشرين دقيقة.
5. يمزج معجون الطماطم مع الماء ويسكب فوق الطماطم ويترك لمدة خمس دقائق.

طريقة التقديم:

1. يقدم الطبق ساخناً أو بارداً مع الخبز العربي.

مجدرة البرغل

المقادير:

- 2 كوب عدس بني حب مغسول
- 1 كوب برغل أبيض خشن
- ½ كوب زيت زيتون
- 2 حبة بصل متوسطة الحجم مقطعة إلى شرائح
- ملح حسب الرغبة
- ماء كافي لطهي المجدرة

الطريقة:

1. يغسل البرغل وينقع في الماء البارد لمدة عشر دقائق فقط ثم يصفى.
2. يقلى البصل في زيت الزيتون حتى يصبح ذهبياً ثم ترفع نصف الكمية وتترك جانباً.
3. يستمر في تقلية البصل المتبقي حتى يصبح بنياً ومقرمشاً ويصفى من الزيت.
4. يسلق العدس حتى ينضج تماماً.
5. يضاف البرغل وكمية البصل الذهبي وزيت الزيتون وملح حسب الرغبة، ويخلطوا جيداً.
6. يجب أن يغمر الماء الخليط ويعلوه بارتفاع 3 سم تقريباً.
7. يترك على نار هادئة لمدة نصف ساعة مع التحريك من آن لآخر وإضافة المزيد من الماء الساخن إذا احتاج.

التقديم:

1. تقدم المجدرة في طبق واسع ويرش فوقها البصل المحمر ويقدم معها لبن زبادي وسلطة.





المسّخن

المقادير:

- 3 دجاجات بالعظم والجلد مقطعة إلى نصفين
- 6 حبات بصل كبيرة مقطعة إلى مربعات (1سم) تقريباً
- 1½ كوب زيت زيتون
- خبز عربي صاج أو رقيق
- صنوبر مقلي أو محمص
- 2 كوب مرق دجاج
- 2 كوب ماء ساخن
- ملح فلفل حسب الذوق
- سماق حسب الذوق

البهارات:

- ½ كوب سماق
- 1 ملعقة كبيرة فلفل أسود
- 1 ملعقة صغيرة قرفة
- 1 ملعقة صغيرة جوزة الطيب
- 1 ملعقة صغيرة كبش قرنفل
- 1 ملعقة صغيرة حب هال
- 1 ملعقة كبيرة بهار سادة
- 1½ ملعقة كبيرة ملح
- سماق إضافي حسب الرغبة

الطريقة:

1. تخلط البهارات معاً ويفرك بها الدجاج جيداً.
2. في قدر واسعة يقلى الدجاج في زيت الزيتون حتى يتحمّر ويرفع جانباً (يقلى على دفعات). يصفى زيت الزيتون في قدر نظيفة.
3. يقلى البصل في الزيت المصفى مع إضافة القليل من الملح والفلفل الأسود والسماق حتى يذبل فقط.
4. يصف الدجاج في صينية خبز واسعة ويضاف إليه نصف كمية البصل مع كوبين من الماء الساخن ويغطى بورق الألومنيوم ويخبز في فرن متوسط الحرارة لمدة ساعة تقريباً.
5. يرفع الدجاج من الصينية، يضاف كوبان من مرق الدجاج الساخن ثم يسكب هذا المزيج على البصل في القدر ويسخَن.
6. في صينية الخبز وللتقديم يصف الخبز ويشرب بخليط من البصل ويرش بالسماق.
7. يصَف الدجاج فوقه ويوضع في فرن حامٍ لمدة عشر دقائق، ويزين بالصنوبر المقلي.



مقلوبة الزهرة
(القرنيط)

المقادير:

- 1 كيلو لحم غنم مقطع بالعظم (أو بدون عظم حسب الرغبة)
- ماء كافي لطهي اللحم
- 2-3 كيلو قرنبيط مقطع قطعا متوسطة
- 3 كوب أرز عادي متوسط الحبة
- 1/3 كوب شعيرية
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 حبة بصل كبيرة مقطعة
- 2 حبة طماطم كبيرة مقطعة شرائح
- صنوبر محمص
- زيت نباتي للقلي
- 1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
- 1 ملعقة صغيرة قرفة مطحونة
- ½ ملعقة صغيرة جوزة الطيب مطحونة
- 1 ملعقة صغيرة بهار سادة
- 1 ملعقة صغيرة هال مطحون
- ¼ ملعقة قرنفل مطحون
- 1 ملعقة كبيرة ملح

الطريقة:

1. يوضع اللحم في قدر ويغمر بالماء ويوضع على النار حتى تخرج منه الشوائب ثم تزال.
2. يضاف الملح والبهارات والبصل ويتركوا على نار هادئة لمدة ساعتين ونصف تقريباً حتى ينضج اللحم تماما (قد تحتاج إلى إضافة القليل من الماء الساخن خلال ذلك).
3. تقلى قطع القرنبيط في الزيت النباتي حتى تصبح ذهبية وناضجة وتصفى.
4. يغسل الأرز وينقع في الماء الدافئ لمدة نصف ساعة ثم يصفى.
5. تقلى الشعيرية في السمن حتى تصبح ذهبية، يضاف لها الأرز ويخلط.
6. تصف قطع الطماطم في قدر وفوقها قطع القرنبيط ثم اللحم ثم خليط الأرز والشعيرية.
7. يصفى مرق اللحم ويسكب فوق الخليط حتى يغمره بالإضافة إلى 3 سم.
8. تغطى القدر وتترك على نار متوسطة لمدة ربع ساعة ثم تخفف الحرارة وتترك لمدة نصف ساعة حتى ينضج الأرز تماماً.
9. عند التقديم تقلب القدر على صينية واسعة.
10. يقلى الصنوبر ويرش فوق المقلوبة.
11. يقدم مع المقلوبة لبن زبادي وسلطة عربية.

فريكة الدجاج



المقادير:

- 2 دجاج مقطع إلى أربع قطع بالعظم والجلد
- 3 كوب فريكة
- 1 حبة بصل متوسطة مقطعة إلى مكعبات
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 5 ملعقة كبيرة زيت زيتون
- ¼ كوب ليمون
- صنوبر ولوز مقلي للتزيين
- 1 حبة بصل كبيرة مقطعة
- 3 حبات ثوم مدقوق خشن
- ماء كافي لتغطية الدجاج للطهي
- 3 ملاعق زيت زيتون
- ملح وفلفل اسود حسب الذوق

البهارات:

- 1 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ½ ملعقة صغيرة قرفة
- ½ ملعقة صغيرة جوزة الطيب مبروشة
- ½ ملعقة صغيرة حب هال
- 1 ملعقة صغيرة بهار
- 2 ورق غار
- ملح حسب الرغبة

الطريقة :

1. يسلق الدجاج مع إضافة البهارات والبصل والثوم بعد إزالة الشوائب لمدة ساعة تقريباً حتى ينضج ثم يصفى.
2. تغسل الفريكة في وعاء شفاف عميق، تغمر بالماء ثم ترفع منه باليد إلى مصفاة مع ترك المترسب في قاع الوعاء، تكرر العملية عدة مرات.
3. يقلى البصل مع السمن وملعقتي زيت زيتون حتى يذبل مع قليل من الملح والفلفل الأسود وتضاف الفريكة وتقلب مع البصل.
4. تغمر بمرق الدجاج المصفى، بحيث ترتفع 3 سم فوق سطح الفريكة.
5. عندما تبدأ بالغليان تقلّب وتخفف الحرارة.
6. تغطى القدر وتترك الفريكة لتنضج لمدة نصف ساعة تقريبا مع إضافة المزيد من المرق او الماء عند الحاجة ومع التقليب من ان لآخر حتى لا تلتصق.
7. يتبّل الدجاج بالملح والفلفل الأسود والليمون و3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون.
8. يوضع في فرن ساخن لمدة ربع ساعة حتى يتحمّر الجلد.

التقديم :

1. تفرد الفريكة في وعاء كبير ويصف الدجاج المحمر فوقها او بجانبها وتزين بالصنوبر واللوز المقلي. ويقدم مع لبن الزبادي.



صيادية السمك

المقادير:

- سمكة بوزن 2 كغم تقريباً مقطعة إلى شرائح مع الاحتفاظ بالرأس
- حبات بصل كبيرة مقطعة إلى شرائح
- ماء ساخن للسلق
- 4 كوب أرز متوسط الحبة
- دقيق
- صنوبر مقلي
- 2 ملعقة سمن
- 2 ملعقة زيت زيتون

البهارات:

- 1 ملعقة كبيرة فلفل أسود مطحون
- 1 ملعقة كبيرة كمون مطحون
- 1 ملعقة صغيرة قرفة مطحونة
- 1 ملعقة صغيرة جوزة الطيب مطحونة
- 1 ملعقة صغيرة حب هال
- 2 ورق غار
- ملح حسب الرغبة

الصلصة:

المقادير:

- 1 كوب عصير ليمون
- 1 ملعقة كبيرة ثوم مدقوق
- 1 ملعقة كبيرة كمون مطحون
- 2 ملعقة كبيرة زيت زيتون
- ملح حسب الرغبة
- فلفل أسود حسب الرغبة

الطريقة:

تمزج المقادير جيداً

الطريقة:

1. يسلق رأس السمكة وتزال الشوائب ويضاف ربع كمية البصل والبهارات والملح وتترك لتغلي لمدة ساعة مع إضافة الماء الساخن لإبقائها مغمورة بالماء ثم تصفى.
2. يغسل الأرز وينقع في ماء دافئ لمدة نصف ساعة ثم يصفى.
3. يقلى البصل بالسمن وزيت الزيتون حتى يصبح ذهبيا.
4. ترفع ربع الكمية ثم يستمر في تحمير البصل المتبقي حتى يصبح بنيا.
5. يصفى البصل من الدهن.
6. يضاف البصل إلى مرق السمك ويتركا ليغليا معاً لمدة ربع ساعة ثم يصفى جيداً مع الهرس في المصفاة حتى نحصل على أكبر كمية من النكهة.
7. يوضع الدهن الذي قُلي فيه البصل في قدر، ويضاف الأرز ويقلب على نار متوسطة، يغمر بالمرق بحيث يرتفع عن السطح 3 سم.
8. عندما يبدأ بالغليان تخفف الحرارة ويغطى القدر ويترك لمدة عشرين دقيقة تقريبا مع التقليب مرة أو اثنتين خلال ذلك.
9. في هذه الأثناء تتبل قطع السمك بالملح والفلفل والقليل من مزيج البهارات، تغطى بالدقيق وتقلى بقليل من الزيت النباتي حتى تنضج.

طريقة التقديم:

1. يوضع الأرز في وعاء كبير وترص فوقه قطع السمك وفوقها البصل الذهبي والصنوبر ويقدم مع الصلصة.



الهريسة

المقادير:

- 2 كوب سميد
- 1/3 كوب دقيق
- 1 كوب سكر
- 1 كوب لبن
- ¼ كوب ماء
- ¼ ملعقة صغيرة مستكة مدقوقة مع 1 ملعقة صغيرة سكر
- 1 ملعقة صغيرة من كربونات الصودا
- 1 ملعقة كبيرة طحينة
- 2 ملعقة كبيرة زبدة
- لوز أو صنوبر للتزيين

القطر:

- 1½ كوب سكر
- 2½ كوب ماء
- 1 ملعقة كبيرة عصير ليمون
- 1 حبة مستكة صغيرة

الطريقة:

القطر:

1. يمزج السكر والماء وعصير الليمون ويتركوا على نار هادئة لمدة ثمان دقائق مع إضافة حبة المستكة في النهاية حتى تذوب.
2. يترك ليبرد تماماً.

الهريسة:

1. يخلط اللبن مع الكربونات لمدة دقيقتين حتى يفور.
2. يخلط السميد والدقيق والسكر والمستكة جيداً.
3. يضاف اللبن والماء ويخلطوا جيداً.
4. تدهن صينية الخبز بالطحينة لمنع الالتصاق، يفرد المزيج في الصينية، بحيث يكون ارتفاعه 3-4 سم فقط.
5. تخبز في فرن متوسط الحرارة لمدة عشر دقائق.
6. تخرج من الفرن وتقطع إلى مربعات حسب الرغبة.
7. يوضع في منتصف كل قطعة لوز أو صنوبر مع الضغط عليها قليلاً، يدهن السطح بالزبدة.
8. تعاد الصينية إلى الفرن لمدة عشرين دقيقة.
9. تخرج من الفرن وتشرّب بكل كمية القطر البارد فوراً.



المهلبية بالمستكة والقطر

المقادير:

المهلبية:

2 كوب حليب

2 ملعقة كبيرة من نشا الذرة

¼ ملعقة صغيرة مستكة مدقوقة مع 1 ملعقة صغيرة سكر

فستق حلبي مطحون للزينة

القطر:

2 كوب سكر

1 كوب ماء

1 ملعقة كبيرة عصير ليمون

1 ملعقة كبيرة ماء زهر أو ماء ورد

الطريقة:

القطر:

1. يمزج السكر والماء وعصير الليمون ويترك على نار هادئة لمدة ثمان دقائق.
2. يضاف في النهاية ماء الزهر أو ماء الورد.
3. يترك ليبرد تماماً.

المهلبية:

1. يذاب النشا بقليل من الحليب البارد.
2. يسكب فوق باقي الحليب في قدر على نار متوسطة ويستمر بالتحريك حتى يتكاثف المزيج ويبدأ بالغليان.
3. يسكب في وعاء زجاجي أو في عدة أطباق عميقة صغيرة.
4. يترك ليبرد في حرارة الغرفة ثم يغطى ويوضع في الثلاجة حتى يبرد تماما.
5. تزين بالفستق الحلبي.

التقديم:

1. عندما تبرد المهلبية والقطر تماماً يصب القطر فوق المهلبية.

البعض يحبه طري الملمس

بساطة البيض ومذاقه هو ما يجعله جزءا لايتجزأ من طعامنا. وهو طعام عرفه الإنسان منذ قديم الزمان. إن جميع الكائنات الحية مخلوقة من الماء وهذا هو الحال بالنسبة للبيض حيث يشكل الماء 90٪ من بياض البيض 60٪ من صفاره. أما بقية المواد فهي من البروتينات ومواد أخرى قليلة، والألبومين، وهو البروتين الموجود في بياض البيض، لا يحتوي على أية دهون، ولكن يحتوي الصفار على بعض الدهون الغنية بالبروتينات الأساسية ذات الأهمية الكبيرة لصحتنا. وقد أثبتت الدراسات الحديثة خطأ الاعتقاد السائد بأن البيض له دور في الإصابة بأمراض القلب.

وبفضل شكل البيضة المميز، فإن البيضة شديدة الصلابة في وضع عمودي. جرب أن تضع أربع بيضات في علبة البيض ثم تضع كتبا أعلاها وسترى بنفسك مدى الثقل الذي يمكن للبيض أن يتحمله. والقشرة تحمي البيضة من الجراثيم والبكتيريا ولذا يُنصح بعدم تناول البيض المشروخ. وبعد كسر البيضة فان مدة صلاحية الصفار لا تزيد عن 24 ساعة في الثلاجة والبياض عن 12 ساعة فقط.

هناك طريقة سهلة وممتعة لاختبار ما إذا كان البيض طازجاً أم لا. يضاف 1/3 كوب ملح إلى لتر ماء في وعاء عميق وضيق ثم توضع بيضة فيه. إذا كانت البيضة طازجة ولم يمر عليها أكثر من ثلاثة أيام، ستغطس البيضة في الأسفل. أما البيضة التي مر عليها مابين 3-6 أيام، فستطفو في منتصف المياه. أما البيضة غير الطازجة/ الفاسدة فستطفو أفقيا على سطح الماء. أما إذا كنا نود اختبارها بالنظر فقط، فتكسر البيضة في طبق . إذا كان الصفار متماسكا وفي منتصف البياض، فهذا يعني أنها طازجة أما إذا كان الصفار مفروشا وليس بوسط البياض، فإن هذا يعني أنها قديمة.

هيا نتعرف على طرق بسيطة لإعداد البيض:



كرواسون البيض بالسلمون

المقادير:

- 2 كرواسون
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- 3 بيض مخفوق
- 4 شرائح من سمك السلمون المدخن مقطعة
- ¼ كوب كريمة مخفوقة

الطريقة:

1. تسخن الزبدة في مقلاة على نار متوسطة الحرارة حتى تذوب.
2. يضاف البيض مع التقليب.
3. وبمجرد أن يبدأ البيض في التماسك يضاف السلمون المدخن والكريمة.
4. يقلب الخليط حتى يتماسك البيض.
5. يوضع البيض في شرائح الكرواسون ويقدم ساخناً.









المقادير:

1 ملعقة كبيرة خل

ماء لسلق البيض

خل للنقع

2 ثمرة طماطم صغيرة حمراء مقطعة إلى شرائح ومنزوعة البذور

2 ثمرة طماطم صغيرة برتقالية مقطعة إلى شرائح ومنزوعة البذور

الثوم المعمر

بقدونس

خبز توست مقطع إلى دوائر صغيرة

الطريقة:

1. يسلق بيض السمان في ماء بالخل لمدة 3 دقائق.
2. ينقع البيض في الخل لعدة دقائق لتسهيل تقشيره.
3. يقشر البيض ويترك جانبًا.
4. وفي الملاعق الصينية يوضع البقدونس ويثبت فوقه خبز التوست.
5. توضع شريحة من الطماطم الحمراء فوق التوست ومن فوقها البيض.
6. توضع شريحة من الطماطم البرتقالية فوق البيض.
7. يزين الكانابيه بالثوم المعمر.



البيض المحشي

المقادير:

- 4 بيضات مسلوقة
- 3 ملاعق كبيرة من جبن البارميزان
- ¼ كوب مايونيز
- ¼ كوب كريمة رائبة
- 2 بصلة خضراء مقطعة إلى شرائح صغيرة
- 2 ملعقة كبيرة من الثوم المعمر مقطعة إلى شرائح رفيعة
- 4 حبات زيتون
- المزيد من الثوم المعمر

الطريقة:

1. يقطع البيض إلى نصفين مع الاحتفاظ بالصفار جانبًا.
2. يوضع بياض البيض في طبق للتقديم.
3. وفي وعاء صغير الحجم يهرس الصفار مع المايونيز والكريمة الرائبة والبصل الأخضر الثوم المعمر.
4. يوضع خليط الصفار في كيس حلواني ويزين به بياض البيض.
5. يزين بالزيتون والقليل من الثوم المعمر.



بيض إسكتلندي

المقادير:

250 جم لحم مفروم

1 بيضة مخفوقة

3 ملاعق كبيرة بقسماط

4 بيضات مسلوقة مقشرة

رشة جوزة الطيب

ملح وفلفل حسب المذاق

دقيق

زيت للتحمير

الطريقة:

1. تقلب جوزة الطيب مع الملح والفلفل واللحم المفروم ثم تقسم إلى 4 كميات متساوية.
2. يلف البيض باللحم مع إحكام لفه لتصبح بشكل الكرة.
3. تلف كرات البيض واللحم في الدقيق ثم في البيض المخفوق ثم في البقسماط.
4. يحمر البيض في الزيت لمدة 5 إلى 6 دقائق أو حتى يحمر.
5. يرفع من الزيت ويصفى على مناشف ورقية ويقدم ساخناً.



تورتيلا البيض

المقادير:

- 100 جم من مكعبات صدر الديك الرومي المدخن
- 2 ملعقة كبيرة من تتبيلة التاكو
- 3 ثمار فلفل رومي معلب مقطع
- 1 ملعقة كبيرة بقدونس مقطع
- 4 بيضات مخفوقة
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- 3 ملاعق كبيرة صلصة مكسيكية
- 3 ملاعق كبيرة جبن بالهالبينو
- 3 ملاعق كبيرة جواكامولي
- 4 تورتيلا ذرة

الطريقة:

1. تذاب الزبدة في مقلاة ثم يضاف إليها البيض مع التقليب.
2. قبل أن يتماسك البيض يضاف صدر الديك الرومي المدخن وتتبيلة التاكو والفلفل والبقدونس مع استمرار التقليب.
3. تسخن التورتيلا ويضاف على أحد نصفيها خليط البيض ثم تلف التورتيلا.
4. تكرر الخطوة السابقة مع الكمية المتبقية من التورتيلا ثم تقطع لفائف التورتيلا إلى نصفين.
5. تقدم مع الصلصة والجبن والجواكامولي.



المون بلان

MONT BLANC

المقادير:

- 4 بياض بيض
- رشة ملح
- 4 صفار بيض
- 4 قطع من خبز التوست مزال عنها القشرة
- 4 شرائح جبن

الطريقة:

1. يوضع الجبن على خبز التوست.
2. يخفق بياض البيض مع الملح جيدًا حتى يتماسك تماما.
3. يوضع البياض فوق التوست باستخدام ملعقة حتى نحصل على شكل الجبل.
4. وباستخدام ملعقة صغيرة تصنع حفرة دائرية صغيرة في بياض البيض تكفي ليوضع فيها الصفار.
5. يوضع الصفار في الحفرة ثم يوضع التوست في فرن درجة حرارته 180 درجة مئوية حتى يحمر البياض.
6. يقدم ساخنًا.



سخينة

المقادير:

1 بصلة مقطعة
1 ملعقة كبيرة سمن
6 بيضات
1 ملعقة كبيرة من حبوب الكراوية محمصة ومطحونة
6 أكواب ماء
1 مكعب مرق دجاج
¼ كوب أرز

الطريقة:

1. يشوح البصل في السمن في قدر متوسطة الحجم.
2. تضاف الكراوية إلى البصل مع استمرار التقليب لمدة دقيقة.
3. يضاف الماء ومكعب المرق ويترك الخليط على النار حتى يغلي.
4. يضاف الأرز ثم تقلل درجة حرارة النار حتى ينضج الأرز تمامًا.
5. يضاف البيض إلى الحساء مع استمرار الطهي حتى ينضج البيض قليلاً (بحيث يصبح البياض متماسكا والصفار لا يزال سائلا).
6. يقدم الطبق ساخنًا.



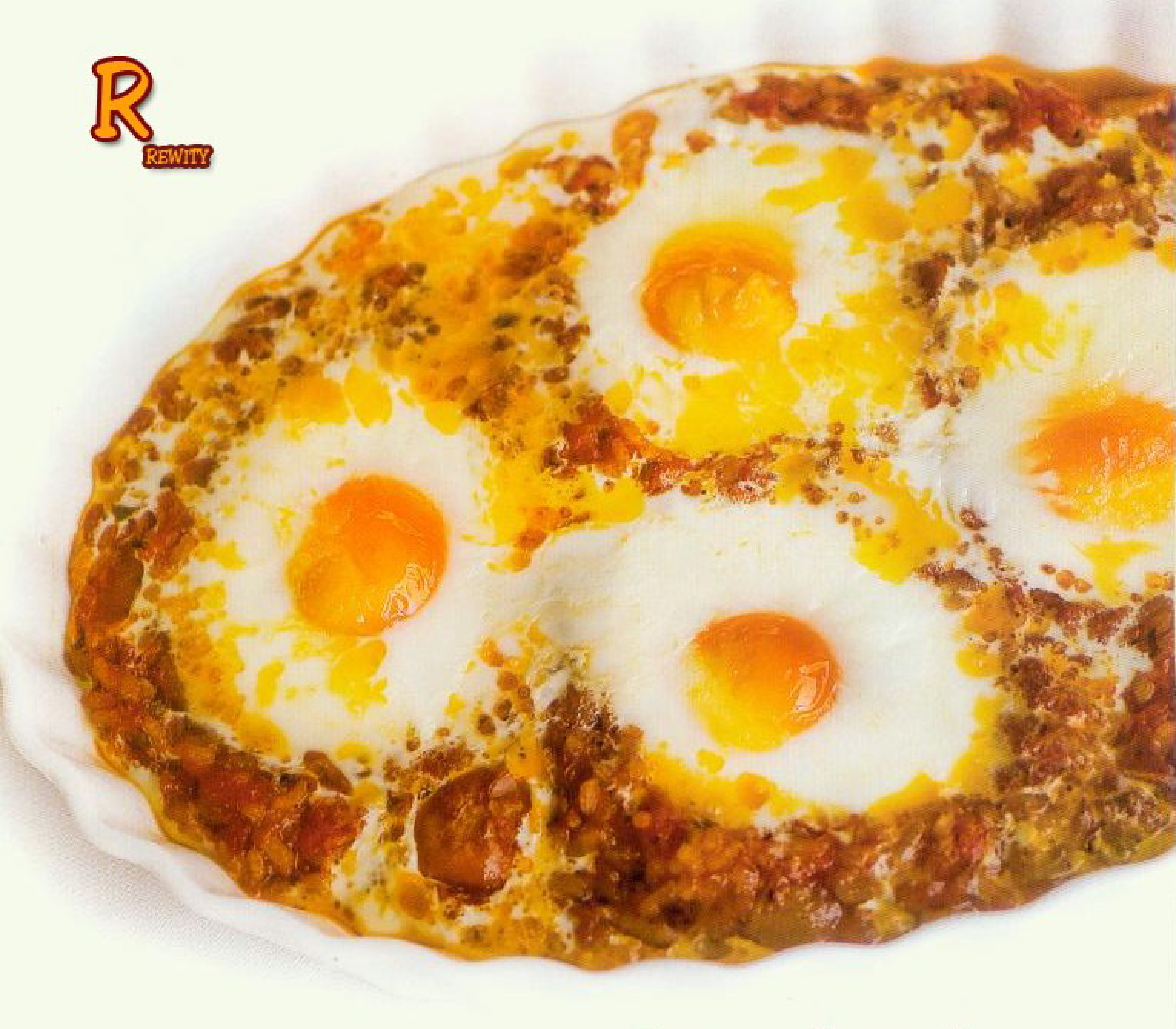
بيض بالسبانخ في الفرن

المقادير:

- 4 حزمة سبانخ
- 1 فص ثوم مقطع قطعاً صغيرة
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ملح حسب المذاق
- ½ كوب كريمة مخفوقة
- 4 بيضات

الطريقة:

1. يسخن زيت الزيتون في مقلاة على النار ثم تشوح فيها أوراق السبانخ حتى تذبل.
2. يضاف الثوم والملح مع التقليب لعدة ثوان ثم ترفع أوراق السبانخ عن النار وتترك جانبًا لتبرد.
3. ترص طبقة من أوراق السبانخ في قوالب السوفليه ثم يوضع فوقها البيض.
4. يصب فوقها القليل من الكريمة حول الصفار.
5. تكرر الخطوتان السابقتان مع البيض المتبقي.
6. يوضع القالب في فرن درجة حرارته 160 درجة مئوية حتى ينضج البيض.



شكشوكة

المقادير:

- 1 كجم طماطم مهروسة
- 2 بصلة كبيرة الحجم ومقطعة
- ¼ كوب زيت
- ½ كوب ماء
- ½ كوب أرز
- 2 مكعب مرق دجاج أو خضروات
- 1 فلفل أخضر حار مقطع إلى شرائح رفيعة
- 1–2 ملعقة صغيرة سكر
- 10 بيضات
- فلفل أسود حسب المذاق
- ¼ كوب بقدونس مقطع

الطريقة:

1. يسخن الزيت في مقلاة على نار متوسطة الحرارة ثم يشوح فيه البصل حتى يذبل.
2. تضاف الطمام المهروسة والسكر مع التقليب واستمرار الطهي حتى يغلظ قوام الخليط ويتم التخلص من حموضة الطماطم.
3. يضاف الماء والأرز مع التقليب المستمر حتى ينضج الأرز قليلاً (مع إمكانية إضافة المزيد من الماء عند الحاجة).
4. يضاف المرق والفلفل الأخضر مع التقليب (مع ملاحظة أن صوص الشكشوكة يتميز باللمعان فإن لم يكن كذلك فيمكن إضافة المزيد من الزيت).
5. يوضع الصوص في إناء حراري مع عمل فجوات للبيض باستخدام ملعقة.
6. يضاف البيض في الفجوات ثم يرش فوقها الفلفل الأسود والبقدونس.
7. توضع الشكشوكة في فرن ساخن لمدة 15 دقيقة أو حتى ينضج البيض.



فلفل رومي محشي بيض

المقادير:

- 8 ثمار من الفلفل الرومي الملون صغير الحجم
- 8 بيضات سمان مسلوقة
- 2 صفار بيض
- 2 بياض بيض
- 3 ملاعق كبيرة كريمة
- 3 ملاعق كبيرة جبن الادام المبشور
- ملح وفلفل حسب المذاق

الطريقة:

1. يقطع عنق الفلفل الرومي ثم ينزع منه البذور.
2. يرص الفلفل الرومي في صينية كب كيك صغيرة الحجم.
3. توضع بيضة سمان في كل ثمرة فلفل رومي.
4. يخفق بياض البيض مع رشة ملح.
5. يخفق صفار البيض مع الكريمة ثم يضاف الجبن مع التقليب.
6. يقلب بياض البيض مع صفار البيض ثم يصب فوق الفلفل الرومي المحشي ببيض السمان.
7. توضع صينية الكب كيك في فرن درجة حرارته 150 درجة مئوية حتى يتماسك خليط البيض ويحمر.
8. يقدم الطبق ساخناً.

مدرسة البيض

لكل شيء في الحياة قاعدة، حتّى البيض... وها هي القواعد الأساسية لإعداد البيض!

البيض المخفوق:

1. يذاب الزبد في مقلاة على نار منخفضة.
2. يكسر البيض في وعاء ثم يوضع في المقلاة مع التقليب المستمر ليصبح قوامه ناعماً وكريمياً.
3. إضافة زبد أو كريمة خلال عملية الطهي يقلل من درجة حرارة البيض وهذا من شأنه الحد من صلابة البيض وكذلك يضفي عليه مذاقاً غنياً.

البيض المقلي:

بيض عيون

1. تسخن زبدة في مقلاة على نار متوسطة - منخفضة.
2. عندما تذوب الزبدة يضاف البيض ويترك على النار لمدة 4 دقائق تقريباً حتى يتماسك بياض البيض في حين يكون الصفار لا يزال طرياً.
3. يوضع ملح على بياض البيض فقط حتى لا يترك الملح بقعاً بيضاء على الصفار.

بيض عيون مقلوب

1. تتبع نفس الخطوات السابقة حتى نصل إلى تماسك بياض البيض جزئياً ثم يقلب على الجهة الأخرى حتى يتماسك البيض تماماً مع مراعاة الحفاظ على شكل الصفار.

بيض عيون على البخار

1. يذاب الزبد في مقلاة على نار منخفضة.
2. يكسر البيض في وعاء ثم يوضع في المقلاة وبينما ينضج البيض يوضع فوقه الزبد الساخن بالملعقة.
3. أو يمكن كسر البيض في المقلاة مباشرة ثم إضافة ملعقة صغيرة من الماء ثم تغطى المقلاة.
4. سيطهى البيض على البخار وينضج سطحه جيداً.

وبالطبع يمكن إضافة مقادير أخرى عديدة إلى جميع الوصفات السابقة مثل: الجبن، المورتاديلا، السجق، الطماطم، البصل، الثوم، الفطر، السلمون المدخن، الدجاج، وما إلى ذلك. إلى أن القاعدة التي يجب أن تتبع في كافة الوصفات السابقة هي طهي الإضافات النيئة أولاً قبل إضافتها إلى البيض فالوقت لن يصبح كافياً لنضوجهما معاً وبالتالي سيصبح البيض طرياً.



البيض المسلوق:

1. يجب إخراج البيض من الثلاجة قبل ساعة من سلقه.
2. تضاف ملعقة كبيرة من الخل إلى ماء السلق ويطهى على نار هادئة.
3. يبدأ عد الدقائق منذ غليان الماء.
4. يسلق البيض على نار هادئة لمدة:

- بيض شبه نيئ 2 دقيقة
- بيض مسلوق طري 3-4 دقائق
- بيض مسلوق متوسط 6 دقائق
- بيض مسلوق صلب 10 دقائق

البيض المسلوق بدون قشر:

1. يجب أن يكون البيض طازجاً وبارداً قبل سلقه.
2. تضاف ملعقة كبيرة من الخل إلى ماء السلق ويطهى على نار هادئة.
3. لا يجب إضافة الملح إلى ماء السلق لأن الملح يتسبب في عدم نضج بياض البيض على عكس الخل الذي يساعده على التماسك.



4. يكسر البيض في وعاء صغير ثم يضاف إلى قدر الماء برفق وببطء.
5. يطهى البيض حتى يتماسك البياض بشكل كاف ليحتوي الصفار ثم يرفع من الماء ويجفف على مناشف ورقية.

أومليت:

1. تسخن الزبدة في مقلاة على نار متوسطة الحرارة.
2. تخفق 3 بيضات لتحضير قرص أومليت.
3. يصب البيض في المقلاة ثم ترفع أجزاء البيض المتماسكة قليلاً لينزل تحتها البيض النيء.
4. تهز المقلاة حتى تتأكد من أن الأومليت غير لاصق بالمقلاة ثم تقلب على الناحية الأخرى.
5. يمكن تقديم الأومليت في عدة أشكال حيث يمكن تقديمه دائرياً كما هو أو يمكن لفه أثناء قلبه من المقلاة ليأخذ شكلاً اسطوانياً.

البيض العيون في الفرن:

1. يدهن قالب من البورسلين بالزبد ثم يكسر البيض في وعاء ثم يوضع في القالب.
2. تضاف 2 ملعقة كبيرة من الكريمة فوق البيض.
3. يوضع البيض في الفرن في حمام ماء ساخن ويطهى لمدة 3 إلى 5 دقائق حتى يتماسك بياض البيض ولكن يبقى صفار البيض طرياً.



شوربة ونقنقة

الأحد – الثلاثاء – الخميس
KSA 20:00
EGY 19:00
GMT 17:00

أندرو

دارين

ولا بالأحلام

السبت – الثلاثاء – الخميس
22:00 KSA
21:00 EGY
19:00 GMT



Ant-ar


REWITY
ليلى
دعد
عباسيات
السبت - الثلاثاء
18:30 KSA
17:30 EGY
15:30 GMT
تسلم الأيادي
الإثنين - الأربعاء - الجمعة
22:00 KSA
21:00 EGY
19:00 GMT
www.rewity.com/vb
كلات عباس
الإثنين - الخميس
18:00 KSA
17:00 EGY
15:00 GMT
سنو وايت
حوريه
سمر بالخليجي
الأحد - الأربعاء - الجمعة
18:00 KSA
17:00 EGY
15:00 GMT
حورية المطبخ
السبت - الإثنين - الأربعاء - الجمعة
20:00 KSA
19:00 EGY
17:00 GMT
فايز
سكر مزبوط
الإثنين - الأربعاء - الجمعة
00:00 KSA
23:00 EGY
21:00 GMT



وصفات الخبز لحورية

لقد عادت حورية المطبخ مع وصفات الخبز الجميلة التي يسيل لها اللعاب. إن رائحة الخبز في الفرن هي واحدة من أروع الروائح في الحياة. والخبز يعتبر واحدا من مواهب حورية لأنها مارسته لسنوات عديدة. ولقد علمتها إياه والدتها وهي دائما ما تذكر والدتها بفيض من التقدير.



وتضفي حورية نكهات وأذواق متنوعة على الخبز من خلال اتباع وصفات الخبز التقليدية من الشرق والغرب مع إضافة نكهاتها وأساليبها الخاصة إليها. إنها ليست تعلمنا فقط عمل وخبز الخبز. ولكن تشمل وصفاتها أيضا العديد من النصائح والإرشادات للحصول على النتيجة المرغوب بها. فإنها تصنع خبزاً لذيذاً من القمح والذرة والسميد والخميرة الفورية وتستخدم كذلك الخمائر التى أعدتها هي بنفسها. وهى تنكه الخبز بالبصل و[illegible] والطماطم وحتى الكرم باتسيير. دعونا نستمتع بوصفات الخبز لحورية ولنحاول خبزها في مطابخنا



خبز باللبن الزبادي على شكل حلزوني مع الطماطم الجافة

المقادير:

- 350 جم طحين
- 200 جم لبن زبادي
- 1 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 120 مل ماء دافئ
- 1 ملعقة كبيرة حبات ينسون
- قليل من الزيت لدهن العجينة
- 1 صفار بيضة مخلوط بقليل من الحليب لدهن الخبز
- قليل من الطحين

الطريقة:

1. نضع الطحين والسكر وحبات الينسون وخميرة الخبز الفورية ونخلط.
2. نضع اللبن الزبادي ونخلط ثم الملح ونسكب الماء الدافئ تدريجيا مع العجن.
3. مدة العجن تقريبا 15 دقيقة توضع في وعاء فيه قليل من الزيت، نضع فيه العجينة مع دهن وجهها بقليل من الزيت، تغطى وتترك لترتاح وتختمر إلى أن يتضاعف حجمها.
4. تؤخذ العجينة وتنزل باليد دون عجنها، تشكل حسب الذوق إلى قالب خبز واحد أو قطع صغيرة: إلخ.
5. ثم توضع في صينية مرشوشة بالطحين وترش بقليل من الطحين، تغطى وتترك لتختمر مرة أخرى.
6. تدهن بصفار البيضة المخلوط بالحليب.
7. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 200 درجة مئوية.
8. تدخل الصينية إلى الفرن المسخن لتخبز تقريباً من 20 إلى 25 دقيقة حسب حجم الخبز ونوع الفرن.
9. تخرج من الفرن وتوضع على شبك لتبرد.

خبز الباجيت بالسميد



المقادير:

- 300 جم طحين أبيض
- 600 جم سميد ناعم أو متوسط
- 1½ ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 1 ملعقة كبيرة ملح
- 1 ملعقة كبيرة من حبات اليانسون أو البركة
- 4 ملاعق كبيرة حليب سائل
- 3 ملاعق كبيرة زيت زيتون
- 500 إلى 550 ملل ماء دافئ حسب نوع الطحين
- طحين اضافي

الطريقة:

1. ينخل الطحين والسميد ثم يوضعا في العجانة ثم يضاف (السكر وحبات اليانسون) ويضاف زيت الزيتون ويحرك الكل جيداً.
2. تضاف خميرة الخبز الفورية ويضاف الماء والحليب تدريجياً ثم الملح مع العجن.
3. يعجن الخليط من 10 إلى 15 دقيقة تقريباً.
4. يقسم العجين إلى ثلاث قطع تقريباً وزن كل منهما 300 إلى 400 جم.
5. يشكل الباجيت فوق طاولة مرشوشة بالطحين ثم توضع في صوان مدهونة أو مرشوشة بالطحين.
6. يمكن تشكيل باقي العجينة على شكل كرة.
7. يرش وجه الخبز بالطحين ثم يغطى بالبلاستيك وقماش ويترك ليختمر حتى يتضاعف حجمه.
8. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 200 درجة مئوية.
9. بواسطة سكينة حادة تصنع فتحات على وجه الباجيت ويدخل الفرن ليخبز.
10. يخرج ويوضع فوق شبك ليبرد.

المقادير:

العجينة:

- 500 جم طحين
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1½ ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية
- 5 حبات بيض
- 40 جم سكر
- 100 ملل حليب دافئ
- 250 جم زبدة بدرجة حرارة الغرفة

كريم باتسيير:

- 250 ملل حليب
- 1 حبة بيض
- 50 جم سكر
- 1 ملعقة صغيرة فانيليا
- 30 جم نشا
- 100 جم زبيب منقوع في ماء زهر
- 1 حبة بيض لدهن وجه العجينة مخلوطة بقليل من الحليب

الطريقة:

1. يوضع الطحين والملح والسكر في العجانة ويخلطوا.
2. تضاف خميرة الخبز الفورية والحليب.
3. يضاف البيض حبة تلو الأخرى مع العجن. يعجن من 10 إلى 15 دقيقة حتى تلتصق العجينة نوعا ما بحواف إناء العجانة.
4. تقسم العجينة إلى قسمين ثم تضاف كمية الزبدة كلها مع الحليب إلى القسم الأول وتعجن ثم يضاف القسم الثاني من العجينة وتواصل العجن إلى أن تبدأ العجينة بعدم الالتصاق بقاع العجانة.
5. توضع في وعاء وتغطى ثم تترك لتختمر إلى أن يتضاعف حجمها.
6. بعد أن يتضاعف حجمها تنزل العجينة باليد دون عجنها ثم تغطى وتوضع في الثلاجة لترتاح على الأقل لمدة 4 ساعات.
7. تخرج عجينة البريوش من الثلاجة وتفرد على طاولة مرشوشة بالطحين.
8. تفرد على شكل مستطيل بسمك 8 سم تقريبا ثم تدهن بطبقة من الكريم باتسيير ويرش فوقها الزبيب المنقوع في ماء الزهر.
9. تلف العجينة على نفسها ثم تقسم إلى شرائط بطول 3 إلى 4 سم ثم توضع في صينية مغطاة بورق شمع.
10. توضع في مكان دافئ ورطب لتختمر إلى أن يتضاعف حجمها.
11. تدهن بالبيضة المخلوطة بقليل من الحليب وتدخل في فرن بدرجة حرارة 200 درجة مئوية لمدة 20 إلى 22 دقيقة حسب الفرن.

الكريم باتسيير:

1. يوضع الحليب في قدر على النار إلى درجة الغليان.
2. يخفق البيض مع السكر والفانيليا جيداً إلى أن يتضاعف حجمه ثم يضاف النشا ويخفق قليلاً لمزجه مع البيض والسكر.
3. تؤخذ كمية من الحليب وتسكب فوق مزيج البيض والسكر والفانيليا والنشا ويخلط ثم يسكب فوق الكمية المتبقية من الحليب ويخلط الكل على النار مع الخفق بواسطة الخفاقة اليدوية إلى أن يصبح المزيج كثيفاً.
4. يرفع عن النار ويفرغ في وعاء أو صينية ويترك ليبرد قبل الاستعمال.





خبز بطحين الذرة

المقادير:

- 500 جم طحين أبيض
- 200 جم من طحين الذرة المنخول
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 1 ملعقة كبيرة ملح
- 1 ½ ملعقة كبيرة من خميرة الخبز
- 250 مللي حليب سائل دافئ
- 50 مللي ماء دافئ
- 2 حبة بيض
- 2 ملعقة كبيرة زبدة مذابة
- طحين أضافي

الطريقة:

1. يتخل الطحين الأبيض مع طحين الذرة ويضاف إليه السكر والزبدة المذابة ثم يخلط جيداً.
2. تضيف بعدها خميرة الخبز ثم البيضتان المخفوقتان قليلاً بالشوكة.
3. و نبدأ في إضافة الحليب والماء تدريجياً ثم الملح ثم نعجن لمدة 10 إلي 15 دقيقة إلي أن نحصل علي عجينة ملساء ولامعة.
4. نشكل هذه العجينة حسب الرغبة (كرات أو أي شكل آخر) وتوضع في صينية مرشوشة بالطحين وتغطي بقطعة بلاستيك ثم قطعة قماش وتوضع في مكان دافئ وتترك إلي أن تتخمر ويتضاعف حجمها.
5. تخبز في فرن ساخن لمدة 25 إلي 30 دقيقة علي درجة حرارة 200 درجة مئوية.
6. تخرج من الصينية وتوضع علي شبك لتبرد.

خبز التوست بالزبد

المقادير

- 500 جم طحين
- 1½ ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- ½ ملعقة ملح
- 60 جم زبدة مذابة
- 250 مللي حليب دافئ
- 100 إلى 120 مللي ماء دافئ
- 1 ملعقة كبيرة ينسون أو حبة البركة حسب الذوق
- طحين أضافي

الطريقة:

1. يوضع الطحين والينسون أو حبة البركة مع السكر والزبدة المذابة ويخلطوا ثم يفرك الخليط جيداً.
2. تضاف خميرة الخبز الفورية وتخلط.
3. يضاف الحليب والماء الدافئان تدريجياً مع العجن ثم نضيف الملح.
4. يعجن المزيج تقريبا من 10 إلى 15 دقيقة.
5. يوضع في مكان دافئ مغطى بقطعة بلاستيك أو قماش ويترك ليرتاح ويختمر.
6. تؤخذ العجينة وتنزل بواسطة الأيدي ثم عجنها فوق طاولة العمل المرشوشة بالطحين.
7. تشكل على شكل كيكة طويلة وتوضع في صينية مدهونة بالزبدة.
8. تغطى ببلاستيك وتوضع في مكان دافئ لتختمر مرة ثانية ويتضاعف حجمها.
9. يسخن الفرن على درجة حرارة 200 درجة مئوية ويوضع فيه وعاء من حديد فيه ماء لتوفير الرطوبة في الفرن.
10. يدخل الخبز الفرن للخبز من 30 إلى 35 دقيقة.
11. تخفض درجة حرارة الفرن إلى 175 درجة مئوية بعد أول 5 دقائق تقريبا حسب نوع الفرن.
12. تخرج الصينية من الفرن ويوضع الخبز فوق شبك ليبرد.





خبز بالسميد والنخالة

المقادير:

- 700 جم سميد ناعم
- 100 جم طحين ابيض
- 100 جم نخالة خشنة
- 100 ملل من زيت الزيتون أو زيت نباتي أو زبدة
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 2 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية
- من 600-700 ملل ماء دافئ
- 1 ملعقة كبيرة شومر مطحون خشن
- رشة ملح
- طحين ونخالة اضافي

الطريقة:

1. يخلط السميد والطحين جيداً مع النخالة والخميرة والزيت والشومر.
2. يضاف إلى الخليط الخميرة والماء والملح والسكر.
3. يعجن الخليط من 10-12 دقيقة ويشكل على شكل كرات أو حسب الذوق.
4. ترش الحبات بالطحين أو النخالة.
5. توضع كرات العجين في صينية مرشوشة بالطحين والنخالة وتترك لتختمر.
6. تدخل الصينية في فرن درجة حرارته 200 درجة مئوية من 20-25 دقيقة.

خبز صغير بالحليب

المقادير:

- 300 جم طحين
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 2 ملعقة كبيرة سكر
- 1 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية
- 130 ملل حليب دافئ
- 60 جم زبدة مذابة
- 1 حبة بيض
- 1 صفار بيض مع قليل من الحليب والسكر لدهن الخبز
- طحين اضافي

الطريقة:

1. ينخل الطحين ويضاف السكر والزبدة ثم يخلطوا جيداً.
2. تضاف الخميرة.
3. تخلط البيضة مع الحليب وتضاف تدريجياً إلى الطحين مع العجن ثم نضيف الملح ونواصل العجن من 10 إلى 15 دقيقة.
4. تقسم العجينة إلى كرات صغيرة ثم تشكل على شكل اسطواني.
5. توضع في صينية مدهونة ومرشوشة بالطحين وبواسطة سكين حاد يرسم فوق كل حبة خطوط حسب الذوق.
6. يدهن وجهها بصفار البيض المخلوط بالحليب والسكر.
7. تغطى وتترك لتختمر في مكان دافئ إلى أن يتضاعف حجمها.
8. توضع في فرن ساخن درجة حرارته 200 درجة مئوية لمدة 20 دقيقة تقريباً أو إلى أن تكتسب لونا ذهبيا جميلا.
9. تخرج من الفرن وتوضع فوق شبك لتبرد.

خبز المارجريت بالزعتر الطازج



الخميرة:

المقادير:

- ½ 1 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 100 جم طحين
- 150-200 ملل ماء دافئ

الطريقة:

1. تخلط جميع المكونات وتترك لتختمر من 20 إلى 30 دقيقة.

العجينة:

المقادير:

- 400 جم طحين
- 1 ملعقة كبيرة ملح
- 350 ملل ماء دافئ
- ملح البحر

الطريقة:

1. نضع الطحين مع الخميرة وتخلط ثم نضيف الملح ونبدأ بإضافة الماء تدريجيا مع العجن لمدة ربع ساعة تقريبا. يغطى العجين ويترك ليختمر حتى يتضاعف حجمه.
2. تؤخذ العجينة وتنزل باليد ثم يضاف إليها وتجمع العجينة دون الإكثار من العجن وتشكل على شكل وردة المارجريت. تغطى وتترك لتختمر.
3. تدهن بزيت النقع ويرش فوقها القليل من ملح البحر وتخبز على درجة حرارة 175 - 200 درجة مئوية.
4. تخرج وتوضع فوق شبك لتبرد.

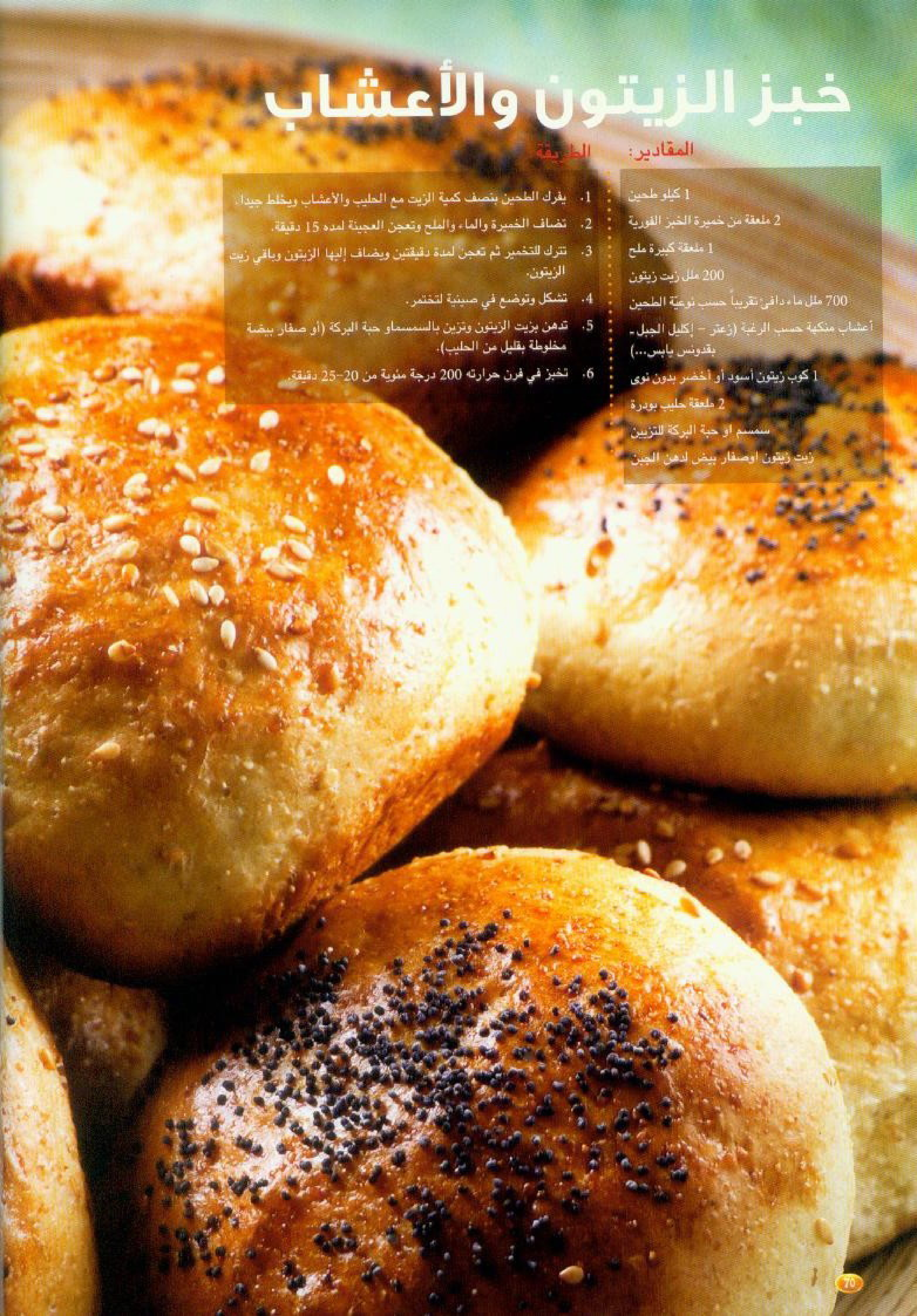
الحشو:

المقادير:

- 400 جم زعتر طازج مقطع خشن
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- ¼ ملعقة صغيرة من ملح البحر

الطريقة:

1. تخلط جميع المكونات وتترك لتنقع لمدة ربع ساعة.



خبز الزيتون والأعشاب

المقادير:

- 1 كيلو طحين
- 2 ملعقة من خميرة الخبز الفورية
- 1 ملعقة كبيرة ملح
- 200 ملل زيت زيتون
- 700 ملل ماء دافئ تقريباً حسب نوعية الطحين
- أعشاب منكهة حسب الرغبة (زعتر - إكليل الجبل - بقدونس يابس...)
- 1 كوب زيتون أسود أو أخضر بدون نوى
- 2 ملعقة حليب بودرة
- سمسم او حبة البركة للتزيين
- زيت زيتون اوصفار بيض لدهن العجين

الطريقة:

1. يفرك الطحين بنصف كمية الزيت مع الحليب والأعشاب ويخلط جيداً.
2. تضاف الخميرة والماء والملح وتعجن العجينة لمده 15 دقيقة.
3. تترك للتخمير ثم تعجن لمدة دقيقتين ويضاف إليها الزيتون وباقي زيت الزيتون.
4. تشكل وتوضع في صينية لتختمر.
5. تدهن بزيت الزيتون وتزين بالسمسماو حبة البركة (أو صفار بيضة مخلوطة بقليل من الحليب).
6. تخبز في فرن حرارته 200 درجة مئوية من 20-25 دقيقة.

خبز بالبصل

المقادير:

العجين

500 جم طحين

1 ملعقة صغيرة سكر

½ 1 ملعقة كبيرة خميرة فورية

1 ملعقة فلفل حلو أحمر مشوي ومفروم

1 ملعقة كبيرة ملح

80 جم زبدة

300 ملل ماء دافئ (أقل أو أكثر حسب نوع الطحين)

رشة فلفل أسود

الحشوة:

500 جم بصل شرائح

1 ملعقة كبيرة كابر

2 فص ثوم مهروس

1 ملعقة كبيرة خردل

1 ملعقة صغيرة ملح

زيتون مشكل بدون النوى حسب الرغبة

روز ماري (إكليل الجبل)

زيت زيتون حسب الرغبة

جبن بارميزان أو أيّ نوع آخر

فلفل حار

1 ملعقة صغيرة زعتر جاف (أوريغانو)

الطريقة:

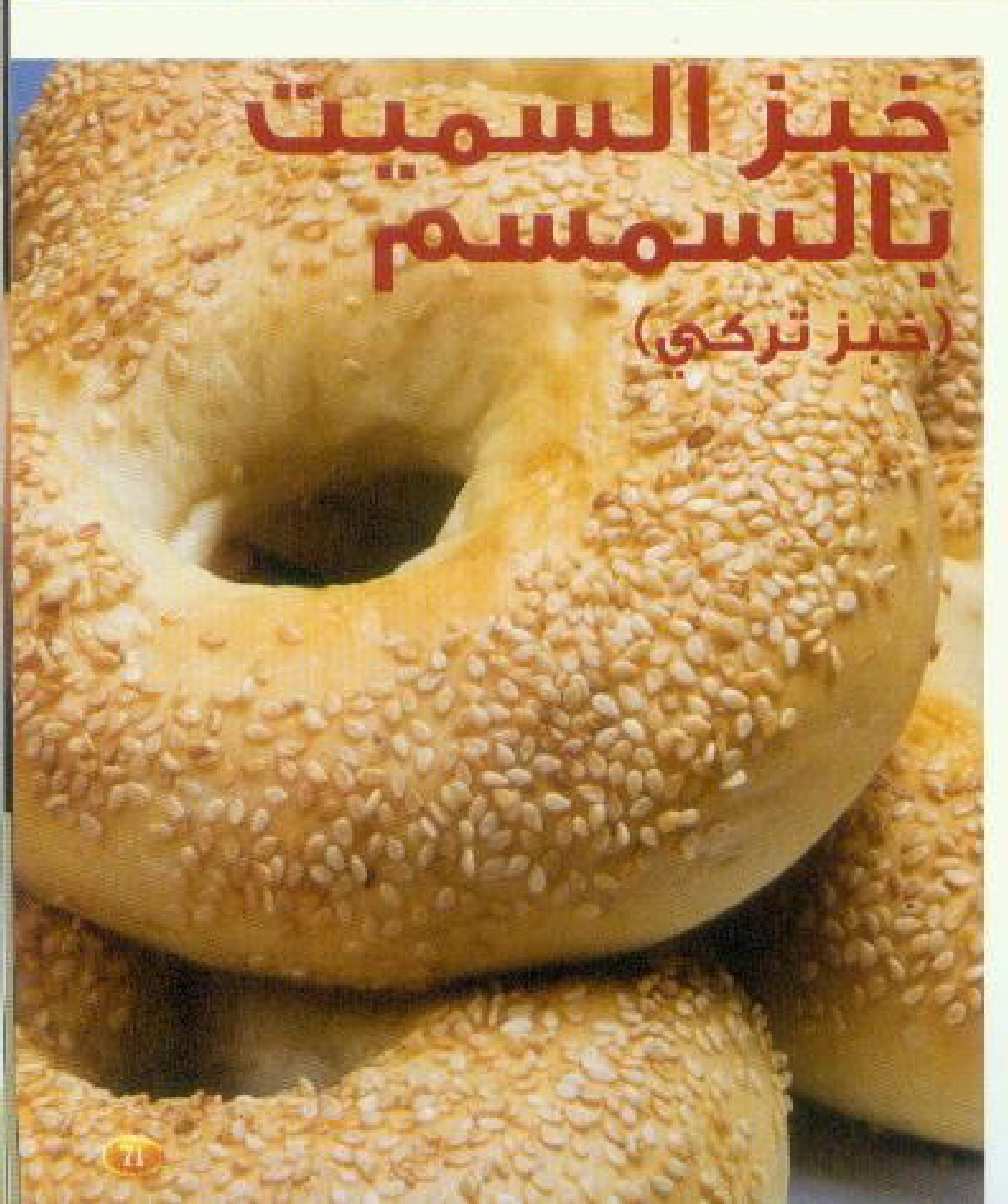
العجين:

1. تفرك الزبدة مع الطحين والسكر وتضاف الخميرة ثم الملح.
2. يضاف الماء تدريجياً وتعجن لمدة 10-15 دقيقة.
3. تترك لتختمر وترص في صينية مدهونة بالزيت حسب الرغبة.
4. ثم تدهن بالخردل وترص عليها الحشوة مع قليل من زيت الزيتون والزعتر الجاف وجبن البارميزان والزيتون ورشة فلفل اسود.
5. تخبز لمدة 10-15 دقيقة على درجة حرارة 200 درجة مئوية.

الحشوة:

1. يوضع زيت الزيتون في قدر وينكّه بحبات الكابر والثوم والزعتر وقليل من الزيتون المقطع مع الملح والفلفل الحار.
2. نضيف البصل ويقلى على نار هادئة ثم يضاف إكليل الجبل وباقي المنكهات.
3. يجب عدم الإكثار من تقلية البصل على النار، نقليه فقط ليذبل لأنه سيوضع فوق العجينة ثم يُدخل إلى الفرن.

خبز السميت بالسمسم (خبز تركي)



المقادير:

350 جم طحين

50 جم زبدة مذابة

2 ملعقة كبيرة زيت زيتون

1 بيضة كاملة

5 ملاعق كبيرة حليب دافئ

½ ملعقة صغيرة ملح

1 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية

1 ملعقة كبيرة سكر

100 ملل ماء دافئ

1 بياض بيض مخلوط بـ1 ملعقة كبيرة زبدة مذابة لدهن الخبز

كمية من السمسم لتزيين الخبز

الطريقة:

1. ينخل الطحين ويخلط مع السكر والزبدة المذابة ويفرك جيدا.
2. تضاف خميرة الخبز الفورية والحليب الدافئ المخلوط مع حبة البيض ثم يضاف الزيت والملح والماء الدافئ تدريجيا مع العجن.
3. تعجن لمدة 15 دقيقة تقريباً.
4. تغطى العجينة وتترك لترتاح إلى أن يتضاعف حجمها.
5. تقسم العجينة إلى 7 أو 8 قطع وتكور على شكل اسطوانة ثم تطوى على شكل دائرة وتوضع في صينية مرشوشة بالطحين.
6. تدهن بخليط بياض البيض والزبدة المذابة وترش أو تزين بالسمسم وتترك لتختمر مرة أخرى.
7. يسخن الفرن على 200 درجة مئوية وتدخل الفرن لتخبز لمدة تتراوح ما بين 25 إلى 30 دقيقة حسب الفرن وحجم حبات الخبز.
8. تخرج من الفرن وتوضع فوق شبك لتبرد.



خبز بالجبن

المقادير:

- 350 جم طحين
- 50 جم زبدة مذابة
- 2 ملعقة كبيرة زيت زيتون
- 1 بيضة كاملة
- 50جرام سميد
- ½ كوب البادميزان
- 5 ملاعق كبيرة حليب دافئ
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز الفورية
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 100 مللي ماء دافئ
- 1 بياض بيض مخلوط بـ1 ملعقة كبيرة زبدة مذابة لدهن الخبز
- كمية من السمسم او الجبن لتزيين الخبز

الطريقة:

1. تخلط المواد الجافة (السكر، الطحين، السميد والملح) ويضاف الزيت وتفرك جيداً.
2. تضاف الخميرة والماء والزبدة والحليب وتعجن وتترك لتتخمر لمدة 30 دقيقة.
3. تعجن لمدة 5 دقائق أخرى ويضاف إليها البيض والجبن ثم تجمع مع قليل من الطحين.
4. تشكل وتتخمر مرة أخرى ثم تدهن بالبيض أو زيت الزيتون حسب الرغبة وتزين بالسمسم أو الجبن.
5. تخبز من 20–25 دقيقة في الفرن على درجة 200 درجة مئوية.

خبز الدار

المقادير:

- 500 جم طحين
- 350 ملل ماء دافئ
- 1½ ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 2 ملعقة كبيرة زبدة
- 1 ملعقة كبيرة ملح
- 1 حبة بيض
- 1 ملعقة كبيرة حليب بودرة
- ½ ملعقة ينسون
- ½ ملعقة حبة البركة
- 2 ملعقة سمسم مطحون ومحمّص
- بيض مخلوط مع القليل من الحليب

الطريقة:

1. يوضع الطحين مع الزبدة المذابة ويفرك جيدا ويخلط مع باقي المكونات والماء.
2. يعجن لمدة 10 دقائق ويترك ليختمر لمدة نصف ساعة أو أقل حسب درجة حرارة الغرفة.
3. يشكل ثم يترك ليختمر مرة أخرى.
4. يدهن بالبيض (حسب الرغبة) مع قليل من الحليب.
5. يخبز لمدة 20 دقيقة على 200 درجة.



خبز الباجيت الكبير بالخميرة البائتة

المقادير:

الخميرة البائتة:

- 200 جم طحين
- 200 ملل ماء دافئ
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 1 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز

الخبز:

- 500 جم طحين
- 200 جم خميرة بائتة
- 1 ملعقة كبيرة ملح
- 1 ملعقة كبيرة ينسون أو حبة البركة
- 1 ملعقة كبيرة شومر مطحون
- 250–280 ملل ماء دافئ حسب نوع الطحين وقوام الخميرة البائتة

الطريقة:

الخميرة البائتة:

1. تخلط جميع المكونات وتترك لتختمر إلى أن يتضاعف حجمها وتتكون عليها فقاعات هواء.
2. تترك في درجة حرارة الغرفة ليلة كاملة.
3. يمكن استعمال هذه الخميرة أو كمية منها في اليوم التالي.

الخبز:

1. توضع كل المكونات في العجانة وتضيف الماء الدافئ مع العجن.
2. تعجن المكونات جيدا لمدة 15 دقيقة أو أكثر.
3. ترش الطاولة بالطحين.
4. تقسم العجينة إلى قسمين ثم تشكل إلى باجيت.
5. ترش بالطحين وتوضع فوق صينية مرشوشة بالطحين وتغطى وتترك لتختمر إلى أن يتضاعف حجمها من ساعة إلى ساعتين.
6. يسخن الفرن جيدا على درجة 200 درجة مئوية.
7. بواسطة سكين حاد تنقش فتحات فوق الخبز ويرش قليل من الماء ويوضع مباشرة في الفرن ليخبز ما بين 25 إلى 30 دقيقة.

خبز البريوش

المقادير:

- 500 جم طحين
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 40 جم سكر
- 250 مل حليب دافئ
- 1 ملعقة كبيرة من خميرة الخبز
- 2-3 حبات بيض حسب الحجم
- 90 جم زبدة مذابة بدرجة حرارة الغرفة

الطريقة:

1. في العجانة نضع الطحين والسكر وخميرة الخبز ثم البيض المخفوق بالشوكة مع العجن.
2. نضيف الزبدة والملح ونبدأ بإضافة الحليب تدريجياً مع العجن.
3. تعجن لمدة 15 دقيقة تقريباً ثم تغطى وتترك لتختمر ويتضاعف حجمها.
4. تؤخذ العجينة وتنزل باليد ثم تشكل على شكل كرات صغيرة أو توضع في صينية الكيكة الإنجليزية.
5. تترك مرة أخرى لتختمر إلى أن يتضاعف حجمها.
6. يدهن وجهها بالبيض المخفوق مع قليل من الحليب والسكر وتخبز في فرن ساخن لمدة تتراوح ما بين 20 إلى 25 دقيقة في درجة حرارة 200 درجة مئوية.



صني
أندرسون

كل سبت يس على فتافيت

17:00 KSA
16:00 EGY
14:00 GMT



Nilesat 12341 V | www.fatafeat.com

والوحيدة
القناة الأولى لفن الطعام في الشرق الأوسط

دارين تقلب الطاولة على أندرو

كانت دارين تتوقع هدية بمناسبة عيد ميلادها ولكننا، بدلاً من ذلك، جعلناها تطهو لنا بهذه المناسبة!

العدس بالحامض

المقادير:

1 كوب عدس حب

2 حبة بطاطا كبيرة مقشرة ومقطعة مكعبات متوسطة الحجم

3 ربطة سلق

حوالي 1 ملعقة كبيرة زيت زيتون

كمية ثوم مجروش

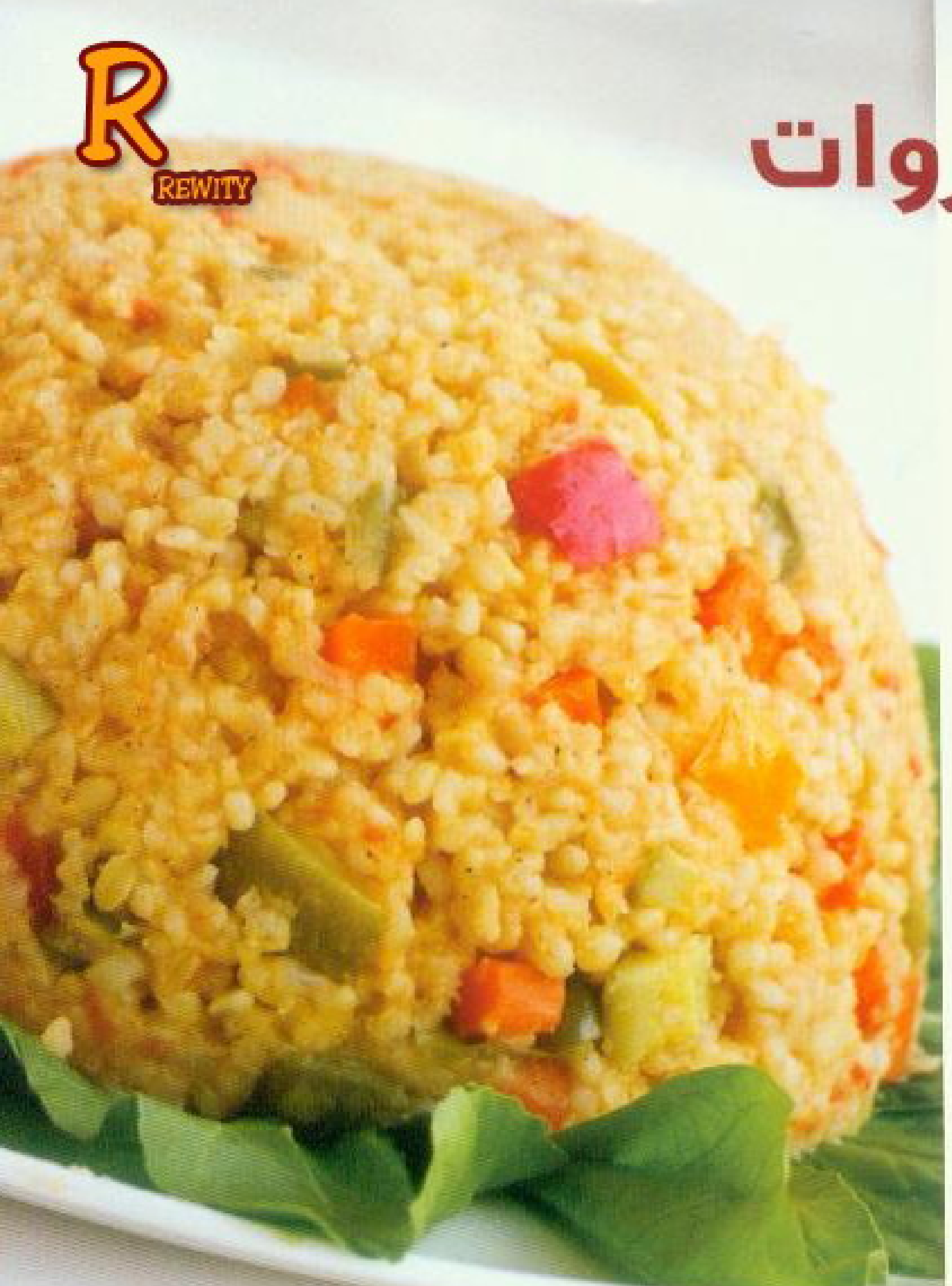
عصير حامض

ملح حسب الذوق

الطريقة:

1. بعد تنقية العدس وغسله يوضع في طنجرة الطهي على ال
2. يسلق وبعد حوالي عشر دقائق يضاف السلق بعد تنقيته وغسله وفرمه فرماً متوسط الحجم.
3. وبعد حوالي عشر دقائق أخرى تضاف البطاطا كذلك لمـ عشر دقائق في مقلاة صغيرة.
4. يضاف الثوم وتحمره على النار حتى يصبح لونه ذهبياً ثـ يضاف على الخليط.
5. يضاف الحامض وتطفأ النار.
6. يضاف الملح حسب الذوق.





البرغل بالخضروات

المقادير:

2 كوب برغل خشن أحمر اللون

2 حبة جزر صغير أو حبة كبيرة مقطعة قطعا صغيرة

2 حبة كوسة صغيرة أو حبة كبيرة مقطعة قطعا صغيرة

¼ حبة فلفل حلو كل لون: أخضر، أحمر، أصفر، برتقالي

2 حبة طماطم حمراء مقشرة ومقطعة قطعا صغيرة

1 بصلة كبيرة يابسة مقطعة قطعا صغيرة

زيت زيتون

ملح وفلفل أسود

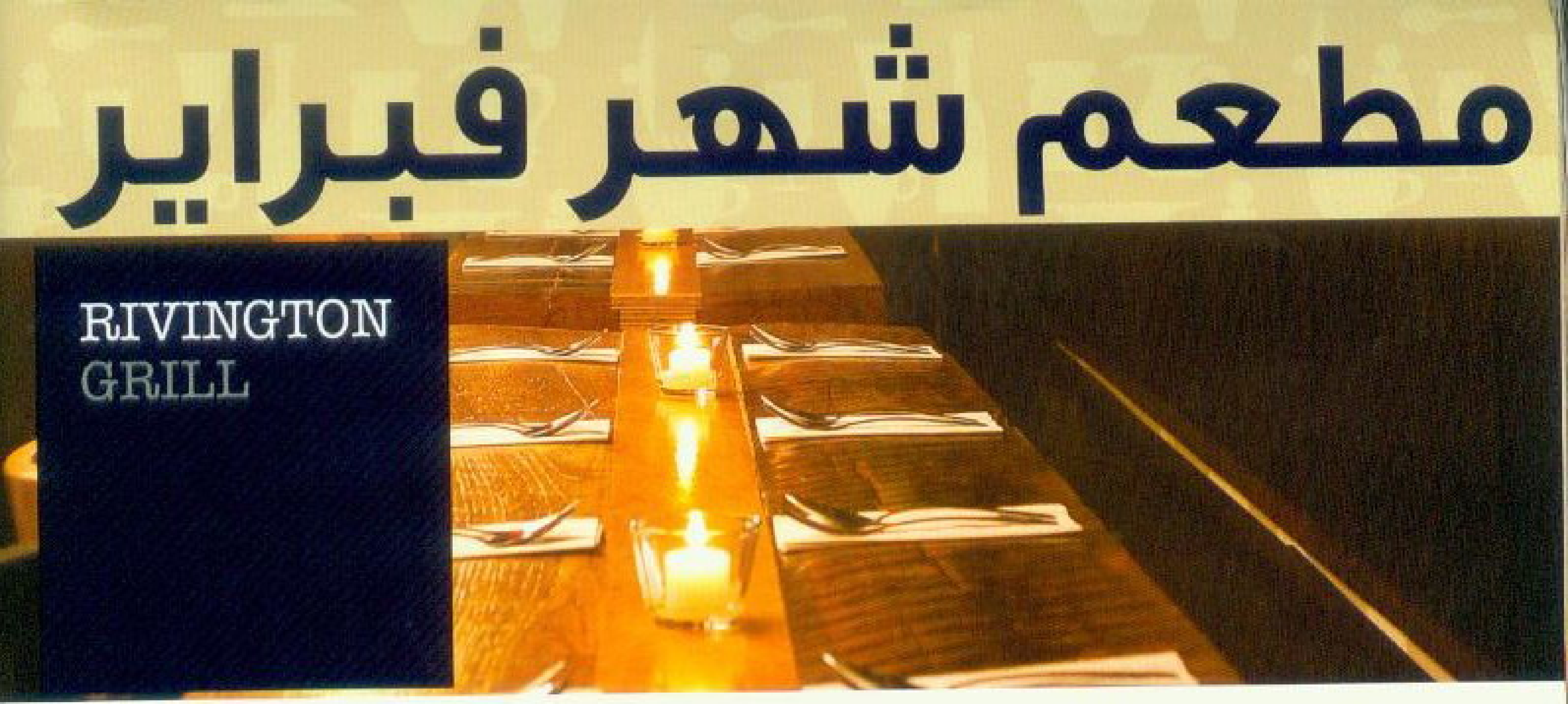
فلفل حار مقطع (اختياري)

3 أكواب ماء دافئ لطبخ البرغل

الطريقة:

1. يوضع الزيت في الوعاء ويضاف البصل ويحرك حتى يذبل ويصفر لونه.
2. يضاف والجزر لمدة 5 دقائق على نار متوسطة أو هادئة.
3. تضاف الكوسة ثم الفلفل الملون والفلفل الحار.
4. بعد 5 دقائق أخرى تضاف الطماطم ويحرك.
5. يتم إضافة البرغل بعد غسله جيداً ووضعه في مصفاة.
6. يحرك جيداً مع باقي الخضروات ويضاف الملح والفلفل الأسود.
7. تضاف 3 أكواب ماء دافئ ويترك على نار هادئة حتى يتم نضجه نضجاً تاماً.

مطعم شهر فبراير



مطعم ريفينجتون جريل

إن مطعم ريفينجتون جريل بسيط بدون أن يكون عادي البساطة، وأنيق بدون تكلف، ويعد الطعام المقدم به طعاما منزليا ولكن بدون أن يكون قليل الأناقة. وأجواء المطعم مريحة ودافئة جدا. وقد قام بالتصميم الداخلي للمطعم مارتن بروديرسكي الأسطورة في عالم تصميم المطاعم. ويقع ريفينجتون جريل في سوق البحر المطل على بحيرة النافورة، وهو الأول لشركة كابريس الذي افتتح خارج المملكة المتحدة وقد أقنع نجاح التجربة الشركة بالتخطيط للمزيد من المطاعم للتوسع بشكل أكبر في أماكن عديده في الشرق الأوسط في غضون السنتين القادمتين.

ومطبخ الريفينجتون جريل مطبخ مفتوح، وهو شيء جديد على دبي، حيث يمكن لرواد المطعم مشاهدة كل خطوة من خطوات إعداد طلباتهم. و اتضح أن هذه الطريقة تحظى بشعبية كبيرة بين كل من رواد المطعم والطهاة لأنها تتيح الفرصة للتفاعل بينهم. فيتمكن الضيوف من رؤية الطهاة أثناء اعداد الطعام، في حين يتعرف الطهاة على من يعدون لهم الطعام وهي فرصة نادرة. ويسأل العديد من رواد المطعم الطهاة عن كيفية طهي بعض الأطباق ويسعد الطهاة كثيرا بالرد على أسئلتهم وإعطائهم نصائح عن كيفية تقديم الطبق. وأنشأ الطهاة العديد من الصداقات من خلال تعاملهم المباشر مع رواد المطعم. و يعود الكثير من العملاء للمطعم لأنه قد أصبح بالنسبة إليهم المكان الذي يشعرون فيه وكأنهم ببيتهم. وأنه المكان الذي يحصلون فيه على وجبة مغذية كأنها بيتية الصنع ولكن بالتميز الذي يضيفه المطعم والذي يرتفع بالوجبة عدة مستويات أعلى من الطعام البيتي.

الشيف كريس ليستر، رئيس الطهاة في الشركة لمنطقة الشرق الأوسط، متحمس جدا للطعام البريطاني. لقد بدأ في مهنة الطهي منذ سن مبكرة جدا وخبرته في مجال تخصصه مثيره للإعجاب. لقد كان يعمل في دبي في فندق برج العرب منذ بضع سنوات. قبل توجهه إلى الصين للعمل في منتجع وين. وقبل ذلك كان يعمل في فنادق سافوي، ودورتشستر، انتركونتيننتال، وأبراج كارلتون، وكان الشيف التنفيذي في محلات هارودز والمسئول عن الـ ٢٥ مطعما بها. بعد أن قام بإتقان العديد من أنواع الطهي المختلفة حتى وصل إلى أعلى درجات الإتقان، عاد إلى نوعية الطهي الذي يحب أن يعده ويأكله في المنزل. طعام يقدم بقليل من التزيين ولكن يصل إلى أعلى درجات المذاق. وبالنسبة للشيف كريس، فإن هذا بمثابة العودة إلى الأصل. وقد أخبرنا أنه بعد العمل في المطاعم والفنادق الراقية في جميع أنحاء العالم، وبعد الوصول إلى مناصب مرموقة جدا، أنه أسعد حالا الآن حيث يطهو ما يحب.

ويوضح لنا الشيف كريس أن مفهوم المطعم هو طهي الغذاء الموسمي البسيط إلى أعلى درجات الكمال. وتتغير قائمة الطعام من شهر إلى شهر. أما قائمة طعام رجال الأعمال فإنها تتغير اسبوعيا. وهناك أطباق جديدة يوميا بالمطعم على السبورة بأسعار أقل بكثير مما هي عليه في قائمة الطعام. وتتم كل هذه التغييرات تبعا للخضروات، والفواكه والأسماك الموسمية، والمناسبات. وما إلى ذلك وتأتي المكونات الطازجة يوميا عن طريق الجو من المملكة المتحدة. ويأتي البعض الآخر من أفضل البائعين المحليين. ولدى المطعم أيضا قائمة طعام لوقت الغروب التي تتضمن الأطباق الخفيفة الكلاسيكية البريطانية وتقدم من ٥ إلى ٧ مساءا. وهناك أيضا قائمة خاصة بالحلوى حيث إن طاهية الحلوى موهوبة جدا وحلوياتها دائما مفضلة لدى رواد المطعم. هذا بالإضافة إلى وجود قائمة طعام للأطفال.

إن طاقم العاملين بالمطعم ودود ومتمرس وتعلو الابتسامة وجوه أفراده وهناك جو إيجابي جدا في التفاعل بين الطهاة والنادلين والنتيجة النهائية هي وصول كل شيء إلى رواد المطعم على أكمل وجه. و أفضل طريقة. إن الانضباط في تحضير الطعام وحب الطهي، والفخر بالقيام بخطوات الطهي، والنظافة، والاهتمام بتعليمات الصحة، وكمال التنفيذ والصورة النهائية الجميلة للطبق هي من بعض الأسباب التي تساهم في نجاح مطعم ريفينجتون جريل.

دعونا نستمتع ببعض من وصفاتهم اللذيذة التي اختارها لنا الشيف كريس:

سلطة الخس الصغير

المقادير

صوص السلطة:

75 جم جبن جورجونزولا

20 ملل من خردل الديجون

20 ملل عسل

100 ملل من زيت الزيتون

60 جم جوز

4 حبات خس صغير زنة الواحدة 100 جم مغسول ومفرطة أوراقه

80 جم جبن ستيلتون مبشور

200 جم كمثرى إنجليزية مقطعة إلى شرائح رفيعة

10 جرام ملح

10 جرام فلفل

الطريقة:

صوص الجبن الزرقاء:

1. يخلط جبن الجورجونزولا مع الخردل والعسل في الخلاط حتى يصبح صافياً ثم يضاف زيت الزيتون تدريجيا الى الخليط مع استمرار تشغيل الخلاط حتى يصبح قوام الصوص كثيفا.

السلطة:

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 170 مئوية ويتبل الجوز ثم يحمص في الفرن لمدة 5 دقائق أو حتى يكتسب لونا خفيفا.
2. يضاف الخس والكمثرى والملح والفلفل إلى صوص الجبن ويقلب.
3. تقدم السلطة في وعاء وتزين بجبن الستيلتون والجوز المحمص.

للتقديم

1. ترص طبقات السلطة فوق بعضها البعض على طبق التقديم.

السمك المقلي والبطاطس المقلية

المقادير:

4 سمكات من نوع سمك الحادوق أو سمك القد زنة الواحدة 180 جم، تستخدم القطع السميكة مع الاحتفاظ بالجلد

200 ملل بيرة خالية من الكحول، اختياري

200 جم طحين ذاتي التخمير

2 قطعة ليمون للتزيين

طحين اضافي

800 جم بطاطس مقطعة الى أصابع للتحمير

10 جم ملح

10 جم فلفل

400 جم بازلاء

50 جم بصل صغير مقشر ومفروم

50 جم ثوم مقشر ومهروس

100 ملل مرق الخضار

20 جم نعناع أخضر مغسول ومفروم

100 جم مايونيز

30 جم كابير، مفرومة

30 جم خيار مخلل مفروم

15 جم بقدونس مغسول ومفروم

400 ملل زيت نباتي للقلي

الطريقة:

خليط القلي:

1. يخفق الطحين مع البيرة الخالية من الكحول ويتبل بالملح والفلفل.
2. يكسى السمك بالطحين ثم يوضع في الخليط ثم يقلى في زيت بدرجة حرارة 190 مئوية لمدة حوالي 7 دقائق أو حتى ينضج، يصفى جيداً ويتبل.

البطاطس المحمرة:

1. تسلق البطاطس في ماء مغلي لمدة 5 دقائق ثم تصفى وتبرد في الثلاجة.
2. قبل التقديم تقلى البطاطس في زيت بدرجة حرارة 190 مئوية لمدة 3 دقائق أو حتى تصبح مقرمشة.

البازلاء:

1. يسخن الزيت في مقلاة ثقيلة ويقلى البصل قليلا لمدة 8-10 دقائق ثم يضاف الثوم والبازلاء ومرق الخضار ويترك ليغلي.
2. تخفق نصف كمية البازلا ويهرس النصف الآخر وتقلب معاً ثم يضاف اليها النعناع المفروم.

صوص التارتار:

1. يمزج المايونيز مع الكابير والمخلل والبقدونس ويتبل

للتقديم:

1. توضع البازلاء في طبق التقديم وبجانبها السمك المقلي وتقدم مع البطاطس المحمرة وتزين بالليمون.





سمك الهامور مع صوص الطماطم والبصل

سمك الهامور

المقادير:

800 جم سمك هامور ينظف مع التخلص من القشر والأحشاء ويقطع الى قطع فيليه

200 ملل صوص فيرج (انظر الوصفة)

ملح

فلفل اسود حب

100 ملل زيت عباد الشمس

الطريقة:

1. قطع السمك الى قطع زنة الواحدة 200 جم
2. يتبل بالملح ويحمر سريعا على الجانبين في مقلاة غير لاصقة ثم يشوى في الفرن مع الزيت حتى ينضج.

للتقديم:

1. يوضع السمك في وسط طبق مستدير كبير مع صب صوص فيرج فوق السمك ومن حوله.

صوص فيرج

المقادير:

125 ملل زيت الزيتون البكر

50 جم بصل صغير مقشر

100 جم طماطم طازجة

ماء لسلق الطماطم

2 جم ريحان طازج، مغسول ومقطف ومفروم

2 جم شبت طازج، مغسول ومقطف ومفروم

2 جم بقدونس افرنجي طازج مغسول ومقطف ومفروم

2 جم بقدونس كونتيننتال، مغسول ومقطف ومفروم

ملح

فلفل أبيض حب

1 حبة ليمون

الطريقة:

1. يفرم البصل ناعما ويوضع في مقلاة مع زيت الزيتون حتى يذبل دون أن يكتسب لونا.
2. تسلق الطماطم سريعا في ماء مغلي ثم تقشر مع نزع بذورها وتقطع الى مكعبات صغيرة.
3. تقطف الأعشاب الخضراء وتنظف وتقطع تقطيعا خشنا.
4. تضاف الطماطم المقطعة والأعشاب الى البصل.
5. يضاف عصير الليمون وتتبل.

RIVINGTON GRILL



أقراص سمك السالمون

المقادير:

400 جم بطاطس مقشرة ومقطعة الى أرباع

300 جم سمك سلمون طازج

15 جم كاتشب

20 جم خردل إنجليزي

200 ملل صوص البقدونس (انظر الوصفة)

400 جم سبانخ صغيرة مغسولة

20 جم زبدة

ملح وفلفل

الطريقة:

أقراص السمك

1. يطهى سمك السلمون على البخار لمدة 8 دقائق ثم يبرد في الثلاجة ثم ينزع جلده وعرق الدم الداخلي ثم يقطع إلى رقائق.
2. تسلق البطاطس في ماء مملح حتى تنضج ثم تصفى وتهرس.
3. تمزج البطاطس المهروسة مع الكاتشب والخردل ونصف كمية السلمون.
4. تخلط جيدا وتتبل ثم تضاف باقي كمية السلمون.
5. تقسم الى أقراص زنة الواحدة 160 جم وتبرد.
6. تقلي اقراص السلمون في الزبدة
7. تطهى السبانخ على البخار.

للتقديم:

1. توضع السبانخ في طبق مستدير كبير وفوقها كعكات السمك.
2. يصب صوص البقدونس على الوجه مع التأكد من تغطية كعكات السمك تماما.

صوص البقدونس:

المقادير:

200 ملل من مرق السمك

25 جم زبدة لورباك غير مملحة

15 جم طحين

20 ملل عصير عنب أبيض، اختياري

125 ملل من كريمة الخفق

25 جم بقدونس كونتيننتال، مغسول ومقطف ومفروم

10 جم ملح

10 جم فلفل أبيض حب

الطريقة:

1. تذاب الزبدة في مقلاة ثقيلة ثم يضاف الطحين مع التقليب حتى يصبح الخليط ناعما ويطهى قليلا.
2. يضاف العصير ومرق السمك تدريجيا ويقلب بهدوء باستمرار حتى يصبح ناعما.
3. تضاف الكريمة ويترك الصوص ليغلي ويتبل بالملح والفلفل، ثم يضاف البقدونس المفروم.

RIVINGTON GRILL



ريش الضأن مع البابل أند سكويد

المقادير

ريش الضأن:

1200 جم لحم ريش الضأن

560 جم بابل أند سكويك (راجع الوصفة)

50 ملل زيت زيتون

ملح وفلفل

100 جم زبدة

180 ملل من صوص ريش الضأن

60 جم بصل صغير مقشر ومفروم

5 جم زبدة

5 جم طحين

25 جم من إكليل الجبل

250 ملل عصير العنب الأحمر، اختياري

150 ملل من مرق لحم الضأن

البابل أند سكويك:

400 جم بطاطس مقشرة ومقطعة الى أرباع

125 جم ملفوف سافوي مقطع إلى شرائح رفيعة

125 جم لفت أصفر مقشر ومقطع إلى مكعبات بحجم 1½ سم

90 جم بصل أخضر مقطع إلى شرائح رفيعة

3 ملل من صوص الووسترشر

1 جم من ملح الكرفس

2 جم بقدونس مغسول ومقطف ومفروم

2 جم بقدونس أفرنجي مغسول ومقطف ومفروم

15 جم زبدة

ملح وفلفل

ملفوف صغير مجمد، اختياري

الطريقة:

صوص ريش الضأن:

1. يقلى البصل خفيفا في الزبدة لمدة دقيقتين حتى يذبل ثم يضاف الطحين ويقلب ويضاف عصير العنب تدريجيا مع التقليب المستمر لمنع الصوص من التكتل (في حال تكتلها يمكن خفقها بقوة حتى تصبح ملساء). يضاف مرق اللحم ويغلي حتى تتبخر ¼ كمية الصوص وتصبح كثيفة القوام.

الريش الكاملة:

1. هي قطعة تستخرج من ظهر الخروف أو يجوز استخدام ريش الضأن العادية.
2. تدهن قطعة بالزيت الريش وتتبل وتوضع على الشواية أو المشواة الساخنة لشيها سريعا ثم تطهى مع اكليل الجبل إلى درجة النضج المرغوبة.
3. تستخدم مقلاة غير لاصقة وتقلى فيها البابل أند سكويك مع قليل من الزيت حتى تكتسب لونا ذهبيا على الجانبين، ثم تسخن في الفرن ويضاف إليها القليل من الزبدة.

للتقديم:

1. توضع البابل أند سكويك على طبق التقديم مع قطعة الريش بجانبها مع صب بعض الصوص فوقها.

البابل أند سكويك:

1. تسلق البطاطس وتصفى ثم توضع في مصفاة داخل قدر فوق حرارة الموقد لمدة 10 دقائق للتسريع في تجفيفها ثم تهرس.
2. يذبل اللفت الأصفر حتى يصبح طريا ثم يضاف ملفوف سافوي والبصل الأخضر ويطهى حتى يصل إلى ثلثي حجمه ثم تضاف باقي المكونات.
3. ترفع من النار ويضاف إليها البطاطس المهروسة.
4. تتبل بالملح والفلفل.
5. تشكل على هيئة إسطوانة بسمك 1½ بوصة.

فطيرة السمك على طريقة ريفينجتون

المقادير:

400 جم سمك هامور، منظف ومقطع إلى شرائح فيليه

400 جم سمك السالمون، منظف ومقطع إلى شرائح فيليه

300 جم سمك الحدوق، منظف ومقطع إلى شرائح فيليه

200 جم سمك الحادوق المدخن، منظف ومقطع إلى شرائح فيليه

500 جم بطاطس

ماء لسلق البطاطس

300 مل حليب

150 جم خبز محمص مطحون (بقسماط)

20 جم زعتر

500 مل من صوص كريمة السمك (انظر الوصفة)

20 جم بقدونس

ملح وفلفل حسب

5 جم ورق غار

25 جم جبن البارميزان المبشور

الطريقة:

1. يسلق السمك في الحليب مع حبوب الفلفل الصحيحة وورق الغار، ثم يرفع السمك ويصفى.
2. يسلق البطاطس في الماء، ثم يهرس مع صوص كريمة السمك ويوضع في وعاء.
3. يضاف الخليط المهروس إلى السمك، ثم يرش عليه البقسماط وجبن البارميزان.
4. يخبز في الفرن لمدة حوالي 7 دقائق أو حتى ينضج ثم يوضع تحت المشواة لتحمير البقسماط.

صوص كريمة السمك

المقادير:

500 مل مرق السمك

100 جم زبدة غير مملحة

100 جم طحين

ملح وفلفل أبيض حب

40 جم خردل انجليزي

40 جم كراث، مغسول

100 مل كريمة الخفق

5 جم شبت مغسول ومنشف

5 جم بقدونس مغسول ومنشف

5 جم ثوم معمر مغسول ومنشف

5 جم بقدونس افرنجي مغسول ومنشف

الطريقة :

1. يغسل الكراث ويقطع شرائح رفيعة ثم يجفف.
2. في مقلاة ثقيلة يذبل الكراث في الزبدة ثم يضاف إليه الطحين.
3. يسخن مرق السمك ثم يضاف تدريجيا إلى الكراث مع التقليب المستمر للحصول على صوص أملس.
4. يضاف الخردل والكريمة وتترك تغلي على نار هادئة حتى تصبح الصوص كثيفة.
5. تتبل بالملح والفلفل حسب الطعم.
6. يضاف الشبت والبقدونس والثوم المعمر والبقدونس الافرنجي ويقلب





الكفتة البريطانية مع العدس الأصفر وصوص البصل

العدس

المقادير:

250 جم من حبوب العدس الجافة المنقوعة طوال الليل

10 ملل زيت نباتي

25 جم بصل أبيض مقشر ومقطع إلى مكعبات

25 جم جزر منظف ومقشر ومقطع إلى مكعبات

25 جم كرفس منظف ومقشر ومقطع إلى مكعبات

250 ملل من مرق الخضار، يمكن استخدام المرق الجاهز

1 جم ورق غار

80 ملل صوص البصل

ملح وفلفل للطعم

الطريقة:

1. ينقع العدس طوال الليل في الماء ثم يصفى.
2. يسخن الزيت في مقلاة ثقيلة ثم يقلى البصل في زيت الزيتون خفيفا على النار لمدة 8-10 دقائق حتى يحمر لونه نسبيا ثم يضاف الجزر والكرفس والعدس المنقوع مع إضافة مرق الخضار وورق الغار ويطهى حتى يصبح طريا. يرفع من النار ويتبل بالملح والفلفل.

الكفتة

المقادير:

640 جم لحم مفروم مشكل من لحم البقر والدجاج والبط

125 جم من دهن العجل مفروم

250 جم من كبد الدجاج المنظف المفروم

225 جم خبز محمص مطحون (البقسماط)

20 جم مريمية مغسولة ومفرومة

20 ملل زيت زيتون

300 جم بصل، مقشر ومفروم ناعما

20 جم ثوم، مقشر ومفروم ناعما

200 جم جزر، مقشر ومفروم ناعما

150 جم كرفس، مقشر ومفروم ناعما

10 جم زعتر

2 بيضة

ملح وفلفل

الطريقة:

1. يمزج اللحم المفروم ودهن العجل وكبد الدجاج والبقسماط جيدا.
2. يسخن الزيت في مقلاة ثقيلة ويقلى البصل خفيفا لمدة 8 إلى 10 دقائق حتى يتلون نسبيا ثم يضاف الثوم والجزر والكرفس والزعتر والمريمية ويطهى حتى ينضج ثم يترك ليبرد.
3. يخلط مزيج اللحم والبصل جيدا مع البيض والملح والفلفل لعمل الكفتة.
4. تشكل الكفتة على هيئة كرات زنة الواحدة 40 جم وتشوح في مقلاة غير لاصقة، ثم توضع في فرن ساخن بدرجة حرارة 170 مئوية لمدة 10 دقائق أو حتى تنضج تماما.

صوص البصل

المقادير:

120 جم بصل، مقشر ومقطع إلى شرائح رفيعة

20 ملل زيت نباتي

7 جم زبدة

15 جم طحين

5 جم معجون الطماطم

100 ملل عصير [illegible]

250 ملل مرق اللحم

ملح وفلفل

الطريقة:

1. تسخن مقلاة ثقيلة ويقلى البصل في الزيت على نار هادئة لمدة 8-10 دقائق مع تغطية المقلاة حتى يتلون البصل نسبيا - يجوز إضافة رشة من الماء إذا ما بدأ البصل في التلون.
2. تضاف الزبدة والطحين ومعجون الطماطم ويقلب المزيج جيدا على نار منخفضة لمدة دقيقة واحدة مع الاستمرار في التقليب ثم يتم إضافة العصير تدريجيا مع التقليب مرة أخرى لمنع المزيج من التكتل، ثم يضاف المرق تدريجيا.
3. يتبل الصوص بالملح والفلفل وتغلي ثم تترك على نار هادئة لمدة 20 دقيقة.

التقديم

1. تسخن كفتة اللحوم المشكلة في صوص البصل
2. يصب العدس في وعاء عميق ثم تضاف الكفتة فوقه مع تغطيتها بصوص البصل



الإسقالوب مع الزهرة المهروسة والبنجر

المقادير:

500 جم إسقالوب منظف ومغسول

زيت زيتون

250 جم زهرة

250 جم بنجر

10 ملل عصير الليمون

30 ملل زيت الزيتون

ملح وفلفل حسب الذوق

الطريقة:

الإسقالوب:

1. ينظف الإسقالوب مع نزع البطارخ ويغسل بالماء البارد ثم يصفى على منشفة ورقية.
2. يضاف القليل من زيت الزيتون في مقلاة ساخنة غير لاصقة ثم يضاف الإسقالوب ويتبل ويحمر سريعا ثم يقلب ليحمر على الجانب الآخر ويطهى لمجرد أن يصبح متماسكا ثم يتبل.

الزهرة:

1. تسلق الزهرة في ماء مغلي مملح حتى تنضج ثم يصفى ويهرس قليلا بظهر شوكة للحصول على قطع صغيرة ثم يتبل.

البنجر:

1. يقشر البنجر ويقطع إلى قطع بحجم 2 سم ثم يشوى في الفرن مع القليل من الزيت ثم يتبل.

صوص الليمون:

1. يخلط زيت الزيتون مع عصير الليمون ثم يضاف الملح والفلفل حسب الذوق.

للتقديم:

1. توضع الزهرة المهروسة في طبق التقديم وعليها الإسقالوب ومن حولهما البنجر ثم يضاف عليهم صوص الليمون.



سمك القاروص مع الزبدة بالليمون

المقادير:

4 سمكات قاروص زنة الواحدة 300 جم، تنظف مع التخلص من الأحشاء والقشر والعظم ثم تفتح وتفرد لتصبح مسطحة

200 ملل صوص الزبدة بالليمون (انظر الوصفة)

ملح

فلفل أبيض مطحون

15 ملل من زيت الزيتون البكر

150 جم زبدة غير مملحة

400 جم بطاطس صغيرة مغسولة ومنظفة وغير مقشرة

10 جم زعتر طازج

3 حبات ليمون كبيرة مقطعة الى نصفين

الطريقة:

سمك القاروص:

1. تؤخذ حبة ليمون واحدة وتقطع الى شرائح مع التخلص من البذور.
2. توضع شريحتان منها داخل السمكة القاروص مع عود زعتر وتتبل السمكة بالملح والفلفل ثم تكرر مع باقي السمك.
3. تشوى سريعا على الجانبين في مقلاة غير لاصقة مع زيت الزيتون ثم توضع في الفرن مع الزبدة حتى تنضج.

البطاطس:

1. توضع البطاطس في قدر بها ماء مملح وتسلق ثم تصفى وتضاف اليها الزبدة وتقلب.

صوص الزبدة بالليمون:

المقادير:

100 ملل من مرق السمك

50 ملل من كريمة الخفق

125 جم زبدة غير مملحة

1 حبة ليمون تقشر ثم تعصر

1 ورقة غار

20 جم بصل صغير مقطع إلى شرائح

ملح

فلفل أبيض حب

الطريقة:

1. يضاف مرق السمك في قدر مع قشر الليمون وعصير الليمون وشرائح البصل وورق الغار وحبوب الفلفل.
2. يبدأ في الغليان ثم يترك على نار هادئة حتى يتبخر ثلثا كمية المرق.
3. تضاف كريمة الخفق ويعاد تسخين المرق ثم يصفى.
4. تضاف الزبدة وتخفق مع المزيج ويضاف الملح والفلفل حسب الذوق.

للتقديم:

1. يوضع السمك في طبق تقديم بيضاوي الشكل مع البطاطس وصوص الزبدة.

RIVINGTON GRILL

آيس كريم مع مقرمشات السكر



المقادير:

مقرمشات السكر

100 جم [illegible]

5 جم بيكربونات [illegible]

20 جم شراب [illegible]

زيت لتغطية الطاولة

ألواح الشوكولاتة البيضاء

100 جم شوكولاتة بيضاء مذابة

آيس كريم مقرمشات السكر

1 لتر آيس كريم الفانيليا

100 جم من مقرمشات السكر المقطع الى قطع صغيرة

100 جم شوكولاتة بيضاء مقطعة الى قطع صغيرة

صوص الشوكولاتة الداكنة

250 جم قطع شوكولاتة داكنة

250 ملل كريمة الخفق

60 ملل حليب كامل الدسم

الطريقة:

مقرمشات السكر

1. يوضع السكر وشراب الجلوكوز وكمية قليلة من الماء في وعاء صغير على النار ويترك ليغلي. تستخدم فرشاة دهن العجين لتنظيف حواف الوعاء من السكر من وقت لآخر لمنع تكون البلورات. يرش سطح الطاولة بالزيت ويغطى بورق خبز مدهون بالزيت لفرد قرص العسل فوقه لاحقا. ما أن يكتسب السكر لون الكرامل نسبيا، تضاف بيكربونات الصودا وتخفق بسرعة. يجب تجنب الاحتراق حيث أن المزيج سوف يصبح رغويا ويغلي ويفور. يفرد المزيج على ورق الخبز ويترك ليبرد ثم يكسر الى قطع صغيرة.

ألواح الشوكولاتة البيضاء

1. تذاب الشوكولاتة البيضاء برفق. في حال استعمال الميكروويف توضع الشوكولاتة بداخله لمدة 30 ثانية ثم يتم اخراجها وتقليبها جيدا ثم تعاد الى الميكروويف حتى تذوب مع مراقبتها كل 10 ثوان. في حال استعمال الموقد توضع الشوكولاتة في وعاء معدني نظيف وجاف ويوضع الوعاء على حمام مائي على نار هادئة مع التأكد من أن الماء لا يغلي أو يصل الى قعر الوعاء. تقلب الشوكولاتة حتى تذوب ثم تفرد على صينية مغطاة بورق الخبز وتحفظ في الثلاجة لتتماسك. ثم تقطع الشوكولاتة الى قطع صغيرة.

آيس كريم مقرمشات السكر

1. يترك آيس كريم الفانيليا في الثلاجة لمدة نصف ساعة ليصبح لينا ثم يوضع في وعاء كبير. تضاف قطع السكر وقطع الشوكولاتة البيضاء الى الآيس كريم مع تقليبها بسرعة ثم تنقل الى وعاء نظيف وتحفظ في الفريزر لمدة ساعتين على الأقل.

صوص الشوكولاتة الداكنة

1. تستخدم الشوكولاتة الداكنة من النوع الجيد وتكسر الى قطع صغيرة. يوضع الكريم مع الحليب في قدر صغير ويترك ليغلي. يصب فوق الشوكولاتة ويقلب حتى تذوب الشوكولاتة تماما. يحفظ الصوص في وعاء محكم في الثلاجة لحين وقت التقديم.

للتقديم

1. تستعمل مغرفة الآيس كريم لتشكيله الى كرات توضع في أكواب مبردة. يسخن صوص الشوكولاتة في الميكروويف ثم توضع في أكواب صغيرة للتقديم أو تصب مباشرة فوق الآيس كريم.



خلطة إيتون بالفراولة

المقادير:

كريم الشانتيه

400 جم كريمة الخفق

40 جم سكر بودرة

1 عود فانيليا

صوص الفراولة

200 جم فراولة مجمدة

30 جم سكر ناعم

قطع المارينج الجافة

100 جم بياض البيض الطازج

150 جم سكر بودرة

200 جم فراولة طازجة منظفة ومقطفة ومقطعة الى أرباع

الطريقة:

كريم الشانتيه

1. في وعاء الخلاط الكهربائي الصغير يخلط السكر مع الكريمة.
2. يقطع عود الفانيليا بالطول وتنزع منه حبوب الفانيليا وتضاف إلى الوعاء وتخلط على سرعة متوسطة إلى عالية حتى تتكون كريمة مخفوقة.

صوص الفراولة

1. توضع الفراولة مع السكر في قدر صغيرة على نار متوسطة إلى منخفضة، تغلي ثم تترك على نار هادئة حتى تصبح الفراولة لينة، ثم تضرب بالمضرب اليدوي حتى تصبح ملساء، وتترك لتبرد.

المارينج الجاف

1. يخفق بياض البيض حتى يصبح رغويا ثم يضاف السكر مع الاستمرار في الخفق حتى يتضاعف حجم المارينج ويتماسك قوامه. يغرف المارينج في كيس الحلواني. تحضر صينية فرن مغطاة بورق الخبز ويشكل المارينج على هيئة أصابع ممتدة بطول الورقة وتخبز في درجة حرارة 100 درجة مئوية لمدة حوالى 40 دقيقة الى ساعة.
2. للتأكد من جفاف المارينج، تؤخذ قطعة مارينج من الصينية وتترك بدرجة حرارة الغرفة حتى تبرد. المارينج الجاف بالدرجة المطلوبة يتفتت بين أصابع اليد.

للتقديم

للفرد الواحد

1. توضع 50 جم فراولة وملء 2 ملعقة كبيرة كريم شانتيه وملء 2 ملعقة كبيرة صوص الفراولة في اناء صغير، ويوزع فوقها وملء كبشة اليد من المارينج الجاف المجروش ثم تمزج بخفة وتغرف في وسط طبق التقديم ويصب فوقها صوص الفراولة ثم تزين بالفراولة وقطع كبيرة من المارينج الجاف.

RIVINGTON GRILL






شهر حب سعيد



اكتشف روائع طهيك مع مكونات جورميه



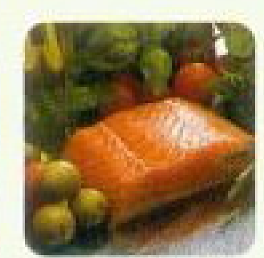














خدمة التوصيل 19339

لتجربه تسوق فريدة، نرحب بكم فى ٣ عمارات بدر،
٥٠متر بعد كارفور،طريق القطامية الدائرى، المعادى،
www.gourmetegypt.com


WWW.REWITY.COM
fatafeat
Academy
خطوة خطوة
www.rewity.com/vb
سنو وايت
السوشي الحلو

استخراج الألوان الطبيعية



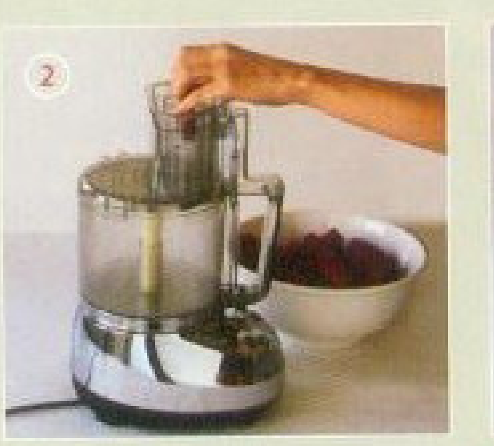

بنجر


سبانخ وبقدونس

ألوان الطعام متوفرة في الأسواق وهي توفي بالغرض ولكنها لا تضيف نكهة للأطعمة المختلفة. أما إذا أحببنا إضافة لون مع نكهة، فاستخراج الألوان الطبيعية من المكونات الطازجة ليس بالصعب. في هذا العدد سيتم التعرف على كيفية استخراج الألوان الطبيعية من البنجر ومن السبانخ والبقدونس.

بنجر (شمندر)
استخراج اللون الأحمر الطبيعي


1

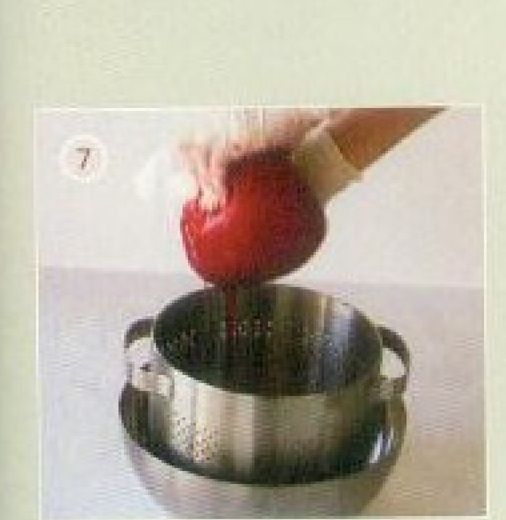

2 يوضع البنجر في خلاط الطعام المجهز بالمبشرة الرفيعة

3 يتم بشر البنجر

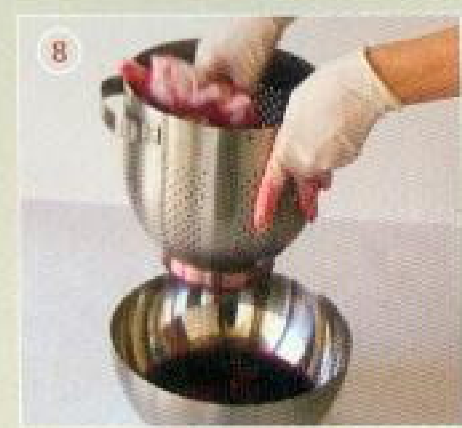

4 يوضع البنجر في إناء كبير


5 يضاف إليه بعض الماء ويخفق


6 يوضع خليط البنجر في مصفاه مجهزة بشاش


7 يتم عصر الشاش لاستخراج عصير البنجر صافيا

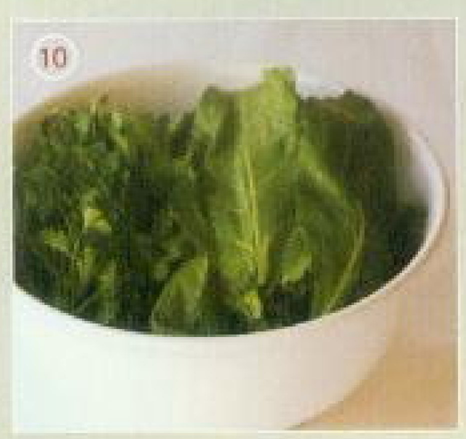




يتم التخلص من اللب



يوضع البنجر في قدر

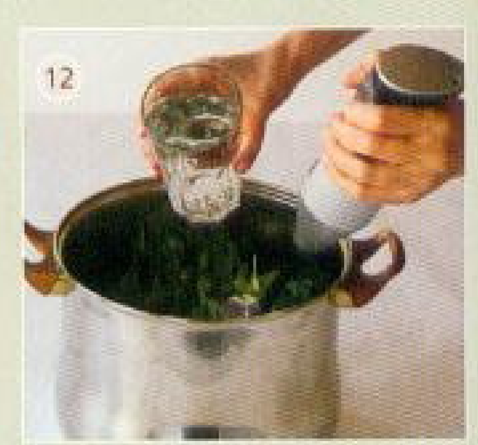




سبانخ وبقدونس لاستخراج اللون الأخضر الطبيعي



يوضع السبانخ والبقدونس في إناء كبير



يضاف عليهما ماء كافٍ لتغطيتهما تماماً



يصب الخليط في مصفاة مجهزة بشاش



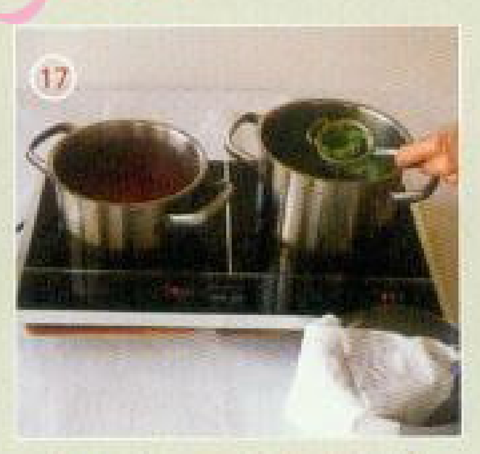
يتم عصر الشاش لاستخراج العصير صافياً



يتم التخلص من بقايا السبانخ والبقدونس



يوضع العصير في قدر وتوضع القدران على موقد عالي الحرارة



أثناء تسخين عصير السبانخ والبقدونس، يتم تجميع الترسبات المتجمعة على السطح بمصفاة



وتوضع على مصفاة صغيرة مجهزة بشاش

ويتم التخلص مما تبقى من سائل بهذه الترسبات



عن طريق عصره من خلال الشاش



حتى يجف



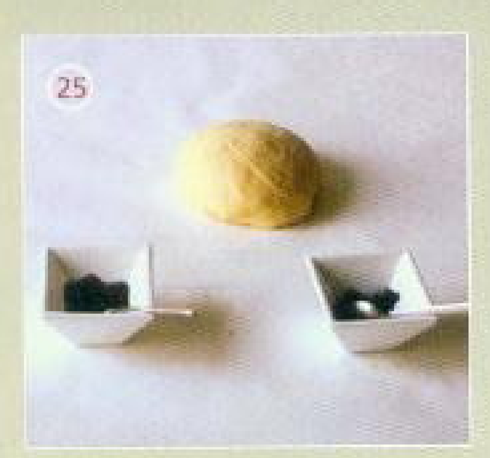
ويوضع جانباً



يستمر تسخين عصير البنجر على الموقد حتى يصبح لزجاً



ثم يصب ويوضع جانباً



يتم تجهيز عجين



يوضع بعض اللون الأخضر فوق العجين



يتم العجن



حتى يختلط اللون بالعجين تماماً



يترك جانباً



يوضع بعض اللون الأحمر فوق العجين



يتم العجن





حتى يختلط اللون بالعجين تماماً



يترك جانباً



يفرد العجين الأخضر بالمرقاق



ثم الأحمر



ثم الأبيض



يتم دهن العجين الأبيض بفرشاة مبللة بالماء



يوضع فوقه العجين الأحمر



يتم الضغط عليهما للتثبيت





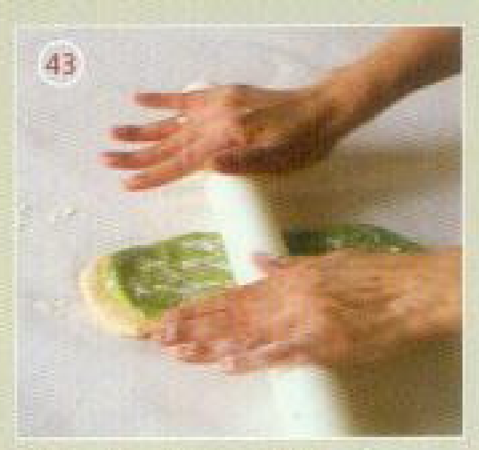
يقلبا على الجانب الآخر



يتم دهن الجانب الآخر بالماء



يوضع فوقه العجين الأخضر ويثبت



يتم فرد الثلاث طبقات بالمرقاق



يقطع جانبا العجين



ثم يدهن السطح بالماء



يتم لف العجين



حتى يصبح كالسويس رول



يتم التخلص من الحواف



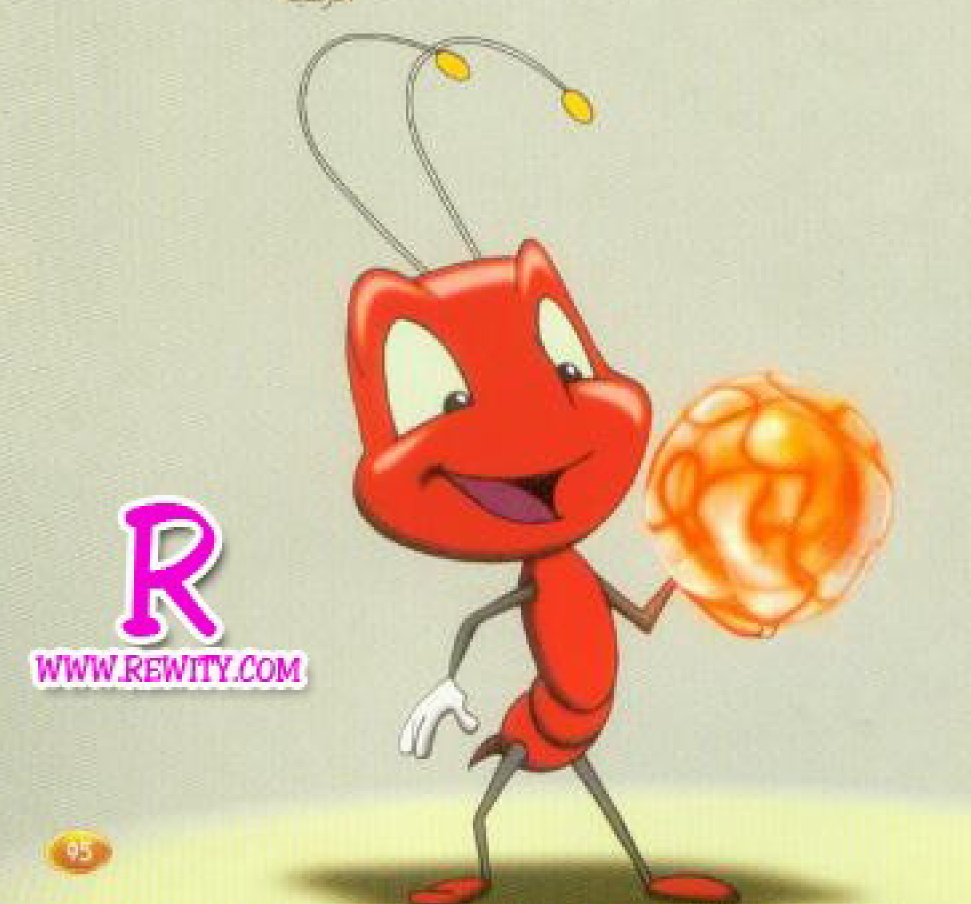
ويصبح لدينا عجين بألوان حلزونية



يتم تقطيعه إلى حلقات



وتجهز الحلقات الحلزونية حسب الرغبة





خطوة خطوة



نبذة عن كتاب

مطبخ جدتي المصرية

أطباق تقليدية وحلويات أصيلة

تعود ماجدة بالقارئ إلى طرق طهي الطعام المصري التقليدي على نفس درب وطريقة أمها وجدتها في كتابها إعادة إحياء للمطبخ المصري والذي لم يعد من العادة طهيه في مطبخ الأسرة المصرية الحديثة بانتظام. وتذهب الكاتبة إلى أبعد من ذلك حيث توضح أن المطبخ المصري أصوله فرعونية ومثال على ذلك طرق تمليح الأسماك وصناعة الخبز التي ما زالت مستمرة معنا إلى اليوم، فلا يزال المزارع المصري يعتمد إلى اليوم على التقويم الفرعوني في الزراعة والحصاد.

تشرح ماجدة الموازين والمقاييس التي استخدمها الفراعنة ومن هنا تقوم بشرح الأوزان وأدوات القياس المستخدمة في كتابها. وتشرح الكاتبة أيضا المكونات الضرورية التي ينبغي تواجدها في حجره المؤن (الخزانة) من الحبوب والبقوليات إلى الخضروات والزيوت ومكونات الخبز. ثم تسرد العناصر التي توجد عادة في الثلاجة من الجبن والبيض و الزبادي واللبن والكريمة. وتذكر أيضا التوابل والأعشاب المجففة والبهارات، وكذلك الأعشاب الطازجة والخضر. وفى النهاية

RICE, FATTA, AND PASTA

Kh... Rice with Nuts and Ch... Livers (Urz bi-l-khalta)

...n sugar
...n water
...ons ghee
...cken broth
... pepper

...mon stick
...gram chicken livers
...spoons ghee
...up raisins
...lespoons pine nuts
... cup almonds, boiled and peeled

Method

1. Wash rice and set aside in a sieve to dry.
2. Place sugar and water in a pot over medium heat. Cook until sugar becomes a dark brown color. Add 2 tablespoons ghee and stir, then add rice and stir.
3. Cook rice over low heat, stirring occasionally until rice is light brown in color.
4. Add broth, salt, and pepper. Bring to a boil, then add bay leaf and ...n stick.
5. When liquid is almost absorbed, lower heat, cover, and continue cooking until rice is fully cooked.
6. Chop chicken livers into small pieces and fry in a little ghee. Season with salt and pepper and cook over low heat until fully cooked and browned. Remove.
7. Fry raisins in remaining ghee until puffed, then remove. Lightly fry pine nuts until golden, then remove.
8. Split almonds in half. Fry lightly in ghee, then remove.
9. Spoon rice onto a large round serving plate. Garnish with fried liver and nuts. Serve. (Remember to remove bay leaf and cinnamon stick before serving).

Note: Khalta rice is served with chicken, duck, or stuffed pigeon. Chickens and ducks are quartered and arranged around the rice. Pigeons are served whole.

236

237



تعطي أوصاف واستخدامات الكثير من معدات المطبخ والأدوات اللازمة للطهي.

الفصل الأول بعنوان" المرق والحساء" يوفر وصفات تقليدية تكاد تكون منسية مثل "حساء المعدة (الكرشة) المغلية" و"حساء الفول البلدي (الأخضر) المفروم"، كما تشرح في هذا الفصل الفوائد الصحية للحساء. و يتبع هذا الفصل فصل "الخضروات" الذي يبدأ بوصف الأنواع المختلفة من الخضروات التي تنقسم إلى ٣ مجموعات: الجذور والدرنات: مثل البنجر، والقلقاس والجزر؛ الخضروات الورقية والبذور: مثل الكرنب والخرشوف والبازلاء. و مجموعة ثالثة تتضمن الخيار والباذنجان والبامية. و تشتمل الوصفات على "الخبيزة"، "الفول الأخضر الطازج المقشر مع الشمندر والكزبرة"، و"الخضروات المحشية المتنوعة"وأيضا "النقانق المحشية" (ممبار محشي).

ويشرح فصل "اللحوم" الأنواع المختلفة من اللحوم والتي تتراوح من لحم العجل، للحوم البقر، والجمل، بالإضافة إلي الضأن والماعز. وتتراوح الوصفات ما بين مجموعة من الكباب المشوي المتنوع" إلى "كبدة على الطريقة الإسكندرانية"، "كفتة الأرز" وأجزاء أخرى من الذبيحة مثل اللسان والمخ، والأمعاء والطحال. و يليه فصل عن "الدواجن والأرانب"، الأليفة والبرية أو المهاجرة. ويشتمل على وصفات "شركسية الدجاج"، "الكشك"، "الحمام المحشى " و الأرانب المقلية".. و الفصل التالي هو عن "المأكولات البحرية" والذي يوضح أن الأسماك مقسمة إلى مجموعتين: الأسماك البحرية مثل سمك موسي، وسمك البوري الأحمر والحبار، و أسماك المياه العذبة مثل القاروس، والوقار. ويوضح أيضا الأنواع المختلفة من الجمبري وسرطان البحر. تتضمن الوصفات "السمك المشوي مع النخالة (الردة)"، صينية السمك والبطاطس" و"السردين المشوي".

ويتضمن فصل"الحبوب والبقول والبذور" وصفات من "حساء الفول"، إلى "الكشري"، إلى "الفلافل." ويتضمن فصل "البيض" وصفات مثل "الشكشوكة"، "البيض مع التمر منزوع النواة"، و"العجة ".و يمدنا فصل"الفتة والأرز والمعكرونة" بوصفات مثل"الأرز مع الشعيرية"، "خلطة الأرز مع المكسرات وكبد الدجاج"، و"الكسكسي". ويناقش فصل "الفطائر" المعجنات الشهية التي تشكل جزءا كبيرا من المطبخ المصري مثل"الرقاق" ،"فطير مشلتت"، "أصابع الجولاش مع اللحم المفروم "،"قطايف مع حشوة اللحم والجبن" وتتراوح "السلطة" ما بين النيئة والمطبوخة مثل "سلطة بلدي" ،"سلطة الشمندر"، "سلطة الطحينة"، "سلطة الزبادي و الخيار ". ولا يكتمل المطبخ المصري بدون "المخللات". و يتم توفير طرق لتخليل الليمون والزيتون والخيار والجزر والقرنبيط وغيرها.

وبعد تناول المخللات، سوف نحتاج بالتأكيد إلى الحلويات التي تعتبر عنصرا أساسيا في أي مطبخ مصري، وخلافا لغيره من الفصول التي تبدأ بمقدمة فإن هذا الفصل يسرد وصفة على الصفحة الأولى .ومن الأرجح لأن الحلويات المصرية تتحدث عن نفسها: "حلبة معقودة"، "المفروكة"، "أم علي"، "لقمه القاضي"، "عيش السرايا"، "مشبك"، "مهلبية"، "بسبوسة." ويليه فصل عن "المربى" وهو يتضمن وصفات مثل مربى التين، مربى البرقوق، مربى المشمش، مربى الجوافة، إلخ، ثم يأتي وقت "المشروبات" من "الحلبة المتبلة" إلى "الخروب"، "التمر هندي" و"الكركديه". و يقدم الفصل الأخير" وصفات متنوعة مثل"البسطرمة"، "السكر"، "الأسماك"، و"البامية المجففة". وأخيرا تناقش الكاتبة الوجبة المصرية اليومية وفوائدها، وتعطي أمثلة لبعض الأطباق في الفطور والغداء والعشاء. ثم تشاركنا ببعض الأفكار لوجبات الطعام في المناسبات الخاصة مثل الأعياد وشهر رمضان وعيد الأضحى، عيد الفطر، شم النسيم، إلخ. وتعطي عينات من قوائم لحفلات العشاء.

من خلال ذلك الكتاب يحن أي مصري إلى تلك الوصفات ويحرص الغير المصري على تجربة تلك الوصفات المصرية الأصيلة.



الكعك المرصع بالجواهر

775 جم من أفضل نوعية من خليط الفواكه المجففة

برش ليمونة واحدة

175 جم زبدة غير مملحة

3 بيضات كبيرة ، مخفوقة

250 جم من السكر الخام البني

250 جم من الدقيق العادي

1 علبة أو حوالي 250 جم من الكستناء المحلاة المهروسة

½ ملعقة صغيرة من بالبيكنج باودر

½ ملعقة صغيرة من القرفة

125 ملل من الحليب

¼ ملعقة صغيرة من القرنفل المطحون

عصير وبرش برتقالة واحدة

¼ ملعقة صغيرة من جوزة الطيب

للتزيين

4 ملاعق كبيرة من مربى المشمش المصفاة

حوالي 150 جم من الفواكه المتنوعة المسكرة، لوز مقشر، جوز ومارون جلاسيه

1. يسخن الفرن على درجة حرارة 150 درجة مئوية (و قد يفضل القيام بذلك بعد غليان الفواكه). يوضع ورق قصدير الكاب كيك في القالب أو تغطى جوانب وقاع صينية الكعك بطبقة مزدوجة من ورق الزبدة، و ينبغي أن يكون ورق الزبدة أعلى من جانبي الصينية. تلف طبقة مزدوجة من الورق البني (من النوع الذي يستخدم للطرود) حول الجزء الخارجي من الصينية، ويتم ربطها بحبل. وينبغي أن تكون هذه الورقة ضعف ارتفاع الصينية، وهذا يعطي طبقة إضافية عازلة للكعكة حتى تطهى ببطء.
2. توضع الفواكه المجففة، والزبدة والسكر والكستناء المهروسة والحليب وعصير وبرش البرتقال في مقلاة كبيرة، وتترك لتغلي برفق، وتقلب حتى تذوب الزبدة. يترك الخليط ليغلي برفق لمدة 10 دقائق، ثم يرفع من على النار ويترك ليبرد لمدة 30 دقيقة. وسيكون قد تم نقع الفواكه في هذه الأثناء ويبرد الخليط قليلا. ويتم إضافة البيض المخفوق والدقيق ومسحوق الخميرة والبهارات و يقلب حتى تمام الامتزاج.
3. يصب خليط كعكة الفاكهة بعناية شديدة في صوانى القصدير المعدة.
4. توضع في الفرن وتخبز. تستغرق الكاب كيك حوالى 35-40 دقيقة في فرن درجة حرارتة 170 مع الوضع في الاعتبار أن ورق القصدير يجعلها تستمر في الطهي لبعض الوقت بعد خروجها من الفرن. أو توضع الكعكة لمده من ساعة وثلاثة أرباع الساعة إلى ساعتين، وأثناء ذلك يصبح سطح الكعكة جاف و صلب سيتشقق قليلا. إذا قمت بإدخال عود اختبار الكعكة في وسطها سيخرج لزجا بعض الشئ.
5. توضع الكعكة على رف التبريد وينزع الورق البني من جميع أنحاء الصينية من الخارج. وسوف يحتفظ بحرارته ويستغرق وقتا طويلا ليبرد، ولكن بمجرد أن تبرد تماما، تنزع الكعكة من الصينية القصدير وتلف جيدا بطبقة من ورق الخبز ومن ثم تغلف بورق القصدير حتى وقت التزيين.
6. توضع ملعقة من مربى المشمش في مقلاة وتضاف ملعقة كبيرة من الماء. تسخن بلطف، تقلب حتى تصبح لزجة ثم ترفع من على الحرارة لتبرد.
7. يدهن الجزء العلوي من الكعكة بشربات المشمش ، ثم تزين بالفواكه والمكسرات حسب اختيارك.و أنا أجد أنه من الأسهل تقطيع الفواكه المغموسة إلى قطع ومن ثم يوضع كل شيء معا مثل أحجية الصور المقطعة.
8. بعد تغطيه الوجه بالكامل بالفواكه والمكسرات، تدهن طبقة ثانية من مربى المشمش فوق الوجه لإعطائه شكل لامع.

كعكة المارينج والليمون

نايجيلا لوسن

لصنع 8 شرائح:

125 جم من الزبد اللين غير المملح

قشر ليمونة واحدة

4 بيضات، يفصل البياض عن الصفار

4 ملاعق من عصير الليمون

300 جم بالإضافه إلى ملعقة صغيرة من السكر الناعم

2 ملعقة صغير من الحليب

100 جم من الدقيق العادي

نصف ملعقة صغيرة من الكريمة

25 جم من النشا

50 جم من كريمة الخفق

1 ملعقة صغيرة من مسحوق الخميره(بيكنج باودر)

150 جم من الليمون نوعية جيدة

½ ملعقة صغيرة من بيكربونات الصودا



ملحوظه :

1. يسخن الفرن على درجه حرارة 200 مئوية. تجهز صينيتان بقطر 21 سم بالزبدة والدقيق.
2. يخلط صفار البيض، 100 جم من السكر والزبدة والدقيق، والنشا ومسحوق الخميرة، بيكربونات الصودا، وبرش الليمون في ماكينة الطعام.
3. يضاف عصير الليمون والحليب ويخلط مرة أخرى.
4. يقسم الخليط بين الصواني المعدة. من الممكن أن تعتقد أنه ليس لديك ما يكفي لتغطية الجزء السفلي من الصواني، ولكن لا تفزع. يفرد الخليط بهدوء حتى يصبح أملس.
5. يخفق بياض البيض والكريمة حتى يتكثف، ثم ببطء يخفق 200 جم من السكر. يقسم بياض البيض المخفوق بين اثنين من الصوانى المليئه بالكعكه الإسفنجيه، ويصب، أو بعبارة أدق، يفرد المارينج مباشره على وجه الكعكة. تفرد بواسطه مبسط معدني مسطح، ويتم تسويتها بظهر ملعقة أخرى، ثم يرش 1 ملعقة صغيرة من السكر على الخليط. توضع الصواني في الفرن لمدة 20-25 دقيقة.
6. و بواسطه عود اختبار الكيك، تختبر الكعكة التي عليها المارينج المسطح للتأكد من تمام النضج. (وستكون قد ارتفعت ولكن سوف تهبط في وقت لاحق.) ولايجب أن يلتصق أى من الخليط بعود الاختبار. يوضع الكعك على شبك التبريد، وتترك لتبرد تماما في القوالب.
7. يرفع الكيك ويوضع على طبق التقديم مع وضع وجه المارينج الى الاسفل. تخفق الكريمة حتى تصبح كثيفة وليست صلبة، يفرد عليها خثارة الليمون ثم الكريمة ثم تغطى بالكعكة المتبقية مع وضع سطح المارينج الذهبي إلى الأعلى.



نحب وصفاتكم



حمص بكبدة الدجاج

اسم مخترع الوصفة: منى رفول غطاس
وقت التحضير: 30-50 دقيقة
وقت الطهي: 30-50 دقيقة

المقادير:

3 صدور دجاج مقطع مكعبات
3 حبات كبيرة بندورة مقطعة مكعبات صغيرة
2 ملعقة كبيرة بقدونس مفروم ناعم
2 ملعقة كبيرة كزبرة مفرومة ناعمة
1 علبة (225 غرام) فاصوليا حمراء
½ 1 ملعقة كبيرة طحين
½ 1 ملعقة كبيرة زبدة
¼ 1 كوب حليب
1 كوب قرشلة مطحونة (بقسماط)
2 ملعقة كبيرة زبدة
ليمونة واحدة
1 ملعقة صغيرة شطة
1 ملعقة كبيرة رب البندورة
2 ملعقة صغيرة كمون
4 ملاعق كبيرة زيت زيتون
رشة ملح

الطريقة:

1. توضع صدور الدجاج المقطع في وعاء بلاستيكي وتضاف عليها ملعقة صغيرة كمون وملعقتان كبيرتان زيت زيتون، ملعقة صغيرة ملح، عصير نصف ليمونة وملعقتان كبيرتان ماء. يوضع الخليط في وعاء بايركس.
2. توضع مكعبات البندورة في وعاء بلاستيكي ثم تضاف عليها ملعقتان كبيرتان بقدونس مفروم، ملعقتان كبيرتان كزبرة مفرومة، الفاصوليا الحمراء، الشطة، رب البندورة، الكمون، عصير نصف ليمونة، ملح، ماء، يخلط المزيج جيدا ويوضع فوق خليط الدجاج في البايركس.
3. توضع ملعقة كبيرة ونصف من الزبدة في طنجرة على نار هادئة إلى أن تذوب، يضاف عليها الطحين وتخلط، ثم يضاف الحليب بالتدريج وتحرك حتى يصبح الخليط كثيفا ثم يوضع فوق خليط الدجاج والبندورة.
4. تضاف الزبدة المذابة إلى كوب قرشلة، تخلط جيدا ثم تضاف فوق الخليط وتخبز لمدة 45 دقيقة.



كانيلوني الدجاج والخضار بصوص البشاميل

اسم مخترع الوصفة: حوراء أحمد عبد الله
وقت التحضير: 20-30 دقيقة
وقت الطهي: 10-20 دقيقة

المقادير:

لصنع الكريب:

3 بيضات — 2 كوب حليب
½ 1 كوب طحين — ملح وفلفل

لصنع حشوة الدجاج بالخضار:

½ دجاج مفروم — طماطم مقطعة مكعبات
بصل — كوسة مقطعة مكعبات
فص ثوم — صوص طماطم
فلفل رومي — 3 ملاعق ماء

البشاميل: — للتزيين:
2 ملعقة زبدة — زيتون
2 ملعقة طحين — وشرائح جبن شيدر
½ 1كوب حليب

الطريقة:

1. يتم خلط مكونات الكريب ويوضع مقدار مغرفة في مقلاة غير قابلة للالتصاق لتطهى وتكرر العملية.
2. توضع كمية من زيت الزيتون في مقلاة ويوضع الدجاج إلى أن يتغير لونه ثم يضاف البصل و الثوم و الفلفل الرومي و الكوسة وتضاف الطماطم قبل دقيقتين من الانتهاء. يضاف الملح والبهار وقليل من الماء وصوص الطماطم للحصول على خلطة سميكة.
3. نضع الزبدة في طنجرة مع الطحين حتى يشكل معجونا ثم يضاف الحليب ويقلب حتى يتماسك.
4. يؤخذ الكريب ويحشى بالحشوة ثم يوضع في صينية للفرن ويتم وضع صوص البشاميل على الكريب ويزين بشرائح الزيتون و جبن الشيدر، ويوضع في الفرن لمدة 10 دقائق تحت الشواية.



الدجاج الصيني

اسم مخترع الوصفة: أم صالح حسين
وقت التحضير: 20-30 دقيقة
وقت الطهي: 20-30 دقيقة

المقادير:

500 جرام صدور دجاج
2 ملعقة دقيق
2 ملعقة كاتشاب أسود حلو
2 ملعقة صويا صوص
2 ملعقة نشا
2 ملعقة عصير ليمون
2 ملعقة خل أبيض
1 ملعقة شطة حارة
لتتبيل الدجاج:
2 ملعقة كاتشاب
2 ملعقة خل أبيض
2 ملعقة صويا صوص
2 ملعقة نشا
3 حبة فلفل رومي ملون أحمر وأصفر وأخضر
3 فلفل حار مفروم
3 بصل أخضر

الطريقة:

1. يقطع الدجاج إلى قطع طويلة ورفيعة وتقلب مقادير التتبيلة وتوضع على الدجاج وتوضع في الثلاجة من الليل وفي اليوم التالي تقلى في زيت غزير قطعة قطعة.
2. نضع في مقلاة كبيرة ملعقة زيت ونضع الكاتشاب الأحمر والنشاء والخل والفلفل المقطع مكعبات والبصل المكعبات والفلفل الحار ونقلب لمدة 5 دقائق ثم نضيف الدجاج ونقلب جيدا ويقدم.



دجاج بالكريمة واللبن

اسم مخترع الوصفة: أمال
وقت التحضير: 05 - 10 دقيقة
وقت الطهي: 05 - 10 دقيقة

المقادير:

2 دجاج فيليه مقطع مكعبات
جزر مبشور
فلفل ملون مقطع مربعات
بصل مقطع مكعبات
فلفل حار
¼ كوب كريمة
ملعقتان لبن زبادي
3 فصوص ثوم مهروسة
ملعقتان صلصة
ملح وفلفل أسود
كركم
جوزة الطيب
كزبرة ناشفة
كمون
كزبرة خضراء للتزيين

الطريقة:

1. يشوح البصل والثوم في الزيت.
2. يخلط اللبن الزبادي والبهارات وملعقتا الصلصة ثم توضع على البصل وتقلب جيدا ثم يضاف عليها الدجاج وقليل من الماء ويضاف الفلفل الحار وتترك على النار لمدة عشر دقائق إلى أن ينضج الدجاج.
3. ثم تضاف عليه الكريمة وتترك 5 دقائق أخرى على النار.
4. ثم تزين بالكزبرة والفلفل الحار وتقدم ساخنة.



صدور الدجاج المحشوة

اسم مخترع الوصفة: طارق القريوتي
وقت التحضير: 10-20 دقيقة
وقت الطهي: 20-30 دقيقة

المقادير:

1 صدر دجاجة منزوع العظم
2 شريحة ديك رومي رفيعتان
2 شريحة جبن شيدر رفيعتان
1 حبة واحدة فلفل أخضر حلو
3 حبات فطر طازجة مقطعة إلى شرائح
1 ملعقة فلفل أسود مطحون
1 ملعقة أوريجانو
زيت زيتون
ملح
1 حبة ليمون كبيرة
1 ملعقة خل أبيض
1 كوب صغير ماء
1 ملعقة كبيرة طحين
1 ملعقة صغيرة زبدة

الطريقة:

1. يفصل صدر الدجاجة إلى قسمين متساويين، يفتح كل قسم بسكين حاد من الباطن ويفرد باليد.
2. يرش الملح والفلفل الأسود المطحون والأوريجانو من الداخل ومن الخارج.
3. يتم حشو شريحة واحدة من الديك الرومي ثم شريحة من جبن الشيدر ثم شريحة من الفلفل الأخضر الحلو، ثم يغلق.
4. تحمى المقلاة على النار ويوضع القليل من زيت الزيتون ويشوى الصدر لمدة دقيقتين حتى يكتسب لونا ذهبيا ثم يشوى على الجهة الأخرى لمدة دقيقة واحدة، ثم يوضع بالفرن بدرجة حرارة 180 مئوية
5. توضع ملعقة صغيرة من الخل في نصف كوب ما مع عصير ليمونة كبيرة، رشة ملح، رشة من الفلفل الأسود وملعقة زيت زيتون كبيرة ويحرك.
6. يضاف على المقلاة في داخل الفرن ويترك لمدة 20-30 دقيقة على درجة حرارة 220 مئوية. بعد مضي الوقت يتم وضع صدر الدجاجة في طبق التقديم.

الصلصة:

1. نبقي على العصارة المتبقية من عملية شوي صدر الدجاجة بالفرن وتوضع المقلاة على نار هادئة ثم تقلى شرائح الفطر لدقيقة واحدة وتضاف ملعقة صغيرة من الزبدة وقليل من الماء ثم تحرك.
2. أثناء التحريك يتم إضافة ملعقة كبيرة من الطحين تدريجيا وتبقى عملية التحريك حتى تصبح الصلصة متماسكة.
3. يمكن التحكم في كثافة الصلصة بزيادة أو إنقاص الماء، تسكب الصلصة فوق صدر الدجاجة في طبق التقديم ويقدم بجانبه بطاطس مهروسة أو خضار بالبخار حسب الرغبة وتقدم. صحتين وعافية.

نحب وصفاتكم



لفائف الدجاج بالسبانخ

اسم مخترع الوصفة: أمال
وقت التحضير: 10-20 دقيقة
وقت الطهي: 10-20 دقيقة

المقادير:

6 صدور دجاج
12 ورقة سبانخ
جبن موزاريلا
جبن شيدر
مسطردة
ملح
فلفل أسود
زيت زيتون

الطريقة:

1. تطرق شرائح الدجاج إلى أن ترفع قليلا.
2. تدهن شرائح الدجاج بالمسطردة ويرش عليها الملح والفلفل الأسود.
3. نرص شريحتان من ورق السبانخ ثم يرش في وسط كل ورقة قليل من نوعي الجبن.
4. ثم تلف شريحة الدجاج مثل السيسرول ثم تشبك بعود أسنان.
5. ثم تشوح بزيت الزيتون على نار هادئة إلى أن تنضج، تقدم بجانبها معكرونة فيتوشيني أو أي نوع معكرونة بالكريمة.

وبالهناء والعافية.



سفرة الدجاج

اسم مخترع الوصفة: أحمد محمد
وقت التحضير: 30-50 دقيقة
وقت الطهي: 20- 30 دقيقة

المقادير:

1 دجاجة
½ 1 لتر ماء
ملح
3 ملاعق بهار
1 حبة بطاطس
2 جزر
1 ملعقة فلفل أسود
1 ملعقة كركم
1 ملعقة ثوم

الطريقة:

1. يصب الماء ويسخن ونضع الدجاجة والبهار والملح والثوم وكل المكونات والبطاطس أو الجزر يقطع قطع كبير.
2. تترك لمده 30 إلى 40 دقيقة حتى تنضج الدجاجة.
3. تخرج الدجاجة وهنا الكثير من الخيارات:
4. تقطع الدجاجة إلى قطع وتحمرها في الزيت ثم يضاف البقدونس المفروم ويوضع فوق الأرز.
5. يخرج الدجاج ويفتفت بالأيدي ويوضع الزيتون والخل وكزبرة مطحونة ويوضع في سندوتشات مع المايونيز أو الجبن.
6. مرقه الدجاج نستطيع أن نكبس فيها الأرز أو نستعملها في الشوربات أو إضافتها فوق بعض الأطباق للحصول على النكهة وهناك الكثير من الوصفات الأخرى.



دجاج مشوي بالجبن

اسم مخترع الوصفة: راندا
وقت التحضير: 05-10 دقيقة
وقت الطهي: 30-50 دقيقة

المقادير:

1 دجاجة منزوعة الجلد مقطعه إلى 8 أجزاء
250 جم سجق
مايونيز
كاتشاب
مسطردة
5 فصوص ثوم مقطعة
1 بصلة مقطعة
خل بلسمي
زيت نباتي
ملح
فلفل
بهارات
جوزة الطيب
جبن موتزاريلا وشيدر

الطريقة:

1. توضع جميع المكونات معاً ماعدا الجبن.
2. تغسل الدجاجة جيدا وتخرم بالشوكة وتوضع فيالتتبيلة مع السجق.
3. تترك في التتبيلة 4 ساعات على الأقل.
4. تخرج الدجاجة من التتبيلة وتحمر في الزيت حتى تكتسب لونا ذهبيا من جميع الوجوه.
5. يرص السجق النيئ في صينية ويرص فوقه قطع الدجاج ويصب عليه الزيت المتبقي من تحمير الدجاج.
6. يوضع في فرن مسخن مسبقا على درجة حرارة 200 مئوية ويترك حتى قرب النضج حوالي 30 دقيقه (وقت الطهي حسب وزن الدجاجة).
7. قبل تمام النضج تخرج الدجاجة ويوضع على وجه الدجاجة جبن الموتزاريلا والشيدر وترد للفرن حتى يذوب الجبن.
8. تخرج وتقدم مع السلطة وبالهناء.



دجاج مخلي بالخوخ مع البطاطا المشوية

اسم مخترع الوصفة: بندق
وقت التحضير: 05-10 دقيقة
وقت الطهي: 10-20 دقيقة

المقادير:

½ دجاجة مخلية بالجلد
عصير 1 برتقالة
خل عنب للتتبيل
ملح
فلفل أسود
شرائح خوخ
زيت زيتون
زبدة

الطريقة:

1. يتبل الدجاج من فترة سابقة بخل العنب والملح والفلفل الأسود وقليل من عصير البرتقال (ساعتان على الأقل).
2. يوضع الدجاج على النار ويسوى مع خلطة التتبيلة لمدة 8 دقائق على كل وجه.
3. يضاف الخوخ ليتكسب الدجاج معه النكهة.
4. في هذه الأثناء توضع حبات من البطاطا الصغيرة لتنضج في المايكروويف لمدة 5 دقائق.
5. توضع في طبق التقديم مع الدجاج المخلي وشرائح الخوخ المشوية.



دجاج بصوص الكريمة

اسم مخترع الوصفة: راندا
وقت التحضير: 05-10 دقيقة
وقت الطهي: 10-20 دقيقة

المقادير:

4 قطع صدور دجاج مخلية ومقطعة شرائح
5 فصوص ثوم مفري
كوب كريمة طبخ
ملح وفلفل
حبهان مطحون
بهارات
زيت ذرة

الطريقة:

1. يسخن الزيت ثم يضاف إليه الثوم ويقلب.
2. تضاف قطع الدجاج وتقلب جيدا ثم يضاف إليها الملح والفلفل والتوابل وتترك حتى تتحمر جيدا.
3. تضاف الكريمة بعد تمام النضج وتترك لتغلي مرة واحدة.
4. تقدم مع الأرز الأصفر والسلطة.

روستو الدجاج بالخضروات

اسم مخترع الوصفة: إحسان سعيد
وقت التحضير: 20-30 دقيقة
وقت الطهي: 10-20 دقيقة

المقادير:

1 دجاجة مقطعة 4 اجزاء
1 بصلة كبيرة مقطعة ترانشات
½ كوب خضروات مشكلة
1 علبة ذرة حلوة
زيت و زبد توابل
فلفل اسود
زعتر
ملح
سكر
شوربة دجاج
نعناع أخضر
كرفس
كسبرة خضراء

الطريقة:

1. تغسل أجزاء الدجاج جيدا وتنظف بالدقيق والملح وتتبل.
2. يسخن الزيت والزبدة جيدا في وعاء وتحمر فيه الدجاجة على الوجهين.
3. تشل أجزاء الدجاجة جانبا.
4. تحمر البصلة مكان الدجاج حتى تذبل مع إضافة ملح وسكر.
5. تضاف باقي الخضروات إلى البصلة وتحمر حتى تذبل.
6. تتبل الخضروات وتضاف الشوربة والدجاج مرة ثانية وتترك لتنضج.
7. تضاف الأعشاب وتقدم ساخنة.

تواصل معنا:

لإرسال وصفاتكم (مرفقة بصورة): www.fatafeat.com

للإعلان: a.mag@fatafeat.com

أسئلة عن الوصفات: q.mag@fatafeat.com

للحصول على معلومات عن الإكاديمية : academy@fatafeat.com

جميع الوصفات مضمونة النجاح وستجلب المديح في كل مرة





مصر

i love

سنو وايت

للمزيد من الطبخات الحصرية زوروا موقعنا
www.rewity.com/vb

للمزيد من الطبخات الحصرية زوروا موقعنا
www.rewity.com/vb